

第 四 版

審美叢書之一

美
的
人
生
觀

國立北京大學
教授哲學博士 張競生著

序

本書僅印成爲北京大學講義時，已承受了許多的批評與贊同。其中有批評與贊同並行者，應推周作人先生爲代表。周先生在晨報副刊八月二十七號內標題爲「溝通通信之二」中說及：『前幾天從友人處借來一冊張競生教授著「美的人生觀」，下半卷講深微的學理，我們門外漢不很懂得，上半卷具體的敘說美的生活，看了却覺得很有趣味。張先生的著作上所最可佩服的是他的大膽，在中國這病理的道學社會裏高揭美的衣食住以至娛樂的旗幟，大聲叱咤，這是何等痛快的事。但是有些地方未免太玄學的，如「內食法」已有李榕君批評過，可以不說，我所覺得古怪的是「美的性育」項下的「神交法」。張先生說，「性育的真義不在其洩精而在其發洩人身內無窮的情愫」。這是他所以提倡神交的理由。其實這種思想「古已有之」。



素女經述彭祖之言曰，「夫精出則身體怠倦，耳苦嘈嘈，目苦欲眠，咽喉乾枯，骨節解墮，雖復暫快，終於不樂也。」櫻炭經云，「夜摩天上，喜相抱持，或但執手，而爲究竟」，進至他化自在天則「但聞語聲，或聞香氣，卽爲究竟」。把這兩段話連起來，就可以作張先生的主張的註解。神交法中的「意通」是他化天的辦法，「情玩」是夜摩天的，卽使降而爲形交也當爲忉利天的，再其次纔是人的。這是張先生所定的兩性關係的等級，在我看來那「天」的辦法總是太玄虛一點了。「意通」倒還有實行的可能，但也要以「人」的關係爲基本，而多求精神上的愉快，「忉利天」法可以制育助成之，唯獨「情玩」一種，終不免是悠謬的方法。張先生的意思是要使男女不及於亂而能得到性慾的滿足。這或者有兩種好處：在執持「奴要嫁」的真操觀的頑愚的社會，只以爲「亂」纔是性行爲的社會看去，這倒是一個保存「清白身」的妙法，大可採用；在如張先生明白親吻抱腰也是性行爲的表現的人們，則可借此以得滿足，而免於「耳苦嘈嘈」之無聊。然而其實也有壞處，決不可以

輕易看過。這種「情玩」，在性的病理學上稱作「觸覺色情」(Tactile eroticism)，與異性狎戲，使性的器官長久興奮而不能得究竟的滿足，其結果養成種種疾病，據醫學博士達耳美著「戀愛」(R. S. Tanney: Love 1916) 中病理篇第十六章「無感覺」所說，有許多炎症悉自此起，而性神經衰弱尤為主要的結果。美的生活當然又應當是健全的，所以關於這種「神交法」覺得大有可以商量的餘地，比「肉食法」雖未必更玄學的，却也是同樣的非科學了。

張先生主張制育專用 Donche，也不很妥當。斯安布斯女士在「賢明的父母」(W. Shopes: Wise Parenthood, 1918) 中竭力反對這個方法，以為不但於生理上有害，於美感上尤有損害，(詳見四八至四九頁)，這也是講美的生活的人所不可輕忽的。我不想在這裏來討論制育常用什麼方法，只因見得張先生所主張的方法與他的尚美精神相反，順便說及罷了。

總之張先生這部書很值得一讀，裏邊含有不少很好的意思，文章上又時時看出

著者的詩人的天分，使我們讀了覺得痛快，但因此也不免生出小毛病來，如上面所說的那幾點大約就因此而起……」

由上文看來，周先生對我的書贊同處多於批評，不才如余，應當如何「受寵若驚」，安敢再來吮筆弄舌。不過既承周先生的盛意指導，我又不敢自安於緘默了。周先生引素女經……云云爲我神交法的註解，我實在不敢當。我所主張的性慾不是「天」也不是「人」，乃是在「天人」之間！我於一切美的觀念，都是看靈肉並重的，凡偏重靈或肉一端的，就不免與我意見上有些參差。例如重視肉一方面的人，遇了與異性狎戲時，難免如周先生所說的犯起「觸覺色情」的毛病。但能由肉中領略靈的滋味，當然不至於如此狼狽。好比人們日常玩賞了一幅美麗裸體畫，斷不會因此而起性官的興奮。若由此而得色狂病者大都誤看做「春宮圖」的緣故。我所謂「情玩法」者乃望與異性狎戲時有如鑒賞美圖畫一樣，這纔是由肉得靈的妙法。若見了異性而起「觸覺色情」的毛病，乃是由肉得肉的笨伯，當然不是我所主張的

『神交法』了

其次，周先生引斯安布士反對 Donche（即射精後用水洗陰法）。謂這個方法『不但於生理上有害，於美感上尤有損害。』這個方法好或壞應由醫學及經驗上去解決，原不能依我和斯女士個人的意見為標準。就我所知的滲用藥料的 Donche 若常用之固有妨礙。但我所說的是僅用溫水的 Donche，醫者告我是極好不過的。若就經驗方面論，法國女子大多數用這方法，其結果上未見得生理及美感有損害的地方。以我國今日女子終身未嘗用 Donche 說，若肯採用此法，必使性官倍加靈動與多得美感。（或說用浸透醋的海棉球阻蔽子宮口，於射精後儘可聽其存在，俟早晨起身時，纔把球抽出，用水把膜洗淨，比射精後即時用水較免費耐。此法也極可採用。至於避孕的詳細手續及求得一些較好的方法當在拙著『美與男女關係』一書說及。）

以上二端的申明，非敢有意來強辯，我自知我的科學觀常不是與世俗所說的相同。但我極喜歡說科學。凡我所說的科學苟無特別的解釋時，當然與世俗所說的同一樣的意義。但當我用了特別見解時如『內食法』的舉例。我既然聲明『這個個

然不是普通所謂的食』，那麼這個『食』的定義，當然不是與世人所說的從口內送食物到胃中的食法一樣了。我所主張的內食法乃是根據人們假使『一息尚存』，則其身中總要些須熱力的消費，這個身中熱力的消費，即我所謂的『內食』，譬如蝦蟆及許多動物於冬天藏穴時的消費其身中脂肪質一樣，這豈有絲毫的神祕？說到這裏，我不能不帶評及李溶君對我的批評完全誤會了。（見晨報副刊七月五號，題目是：『批評張競生先生：『美的人生觀』』）

李君說『因注意集中』而忘食，這不是內食，我則說因『注意集中』而忘食的為世俗的食法，但其身中種種熱力的消費，不是因注意集中而失其作用，這正證明這個內食法確有根據了。他如『吸味與吸氣法』與『極端的情感』等說，都當照我特別的解釋上去討論，不能以通俗的科學觀念為標準，更不可任意就我文中斷章取義以相難，須要從我整個意思上去着眼纔對，故最好莫如請讀者細看我的原文。

我由此不免再來說幾句話了。我自知我所提倡的不是純粹的科學方法，也不是純粹的哲學方法，乃是科學方法與哲學方法組合而成的『藝術方法』。凡不以藝術

方法的眼光看我書者，自然於許多地方難免誤會我所用的方法爲『非科學』與『非哲學』的了。這個誤會的發生，其咎當然全在我：一因我的才力不及，以致所談的藝術方法，有時不免變成爲『非科非哲』的方法了；一因我在書中並無特別聲明我所用的爲藝術方法。現爲補救這些缺憾起見，在此版上從新加入『美的思想』一節，其中專門討論藝術方法是什麼，並使他人知我此書上所用的科學方法與哲學方法乃是藝術方法化的科學觀與哲學觀。我現極明瞭人們如單獨採用純粹的科學方法或純粹的哲學方法斷不能得到高深美滿的學問，必須要用藝術方法化的科學觀與哲學觀，然後科學方法纔不流於呆板，而哲學方法纔不流於虛渺。這個藝術方法當然比科學方法或哲學方法更艱難。現在國人對於科學觀念與哲學觀念已極淺嘗，僅僅提倡科學方法者已足使人驚爲新奇而得享大名了。至於哲學方法的提倡可惜舉國中尙未見有專家。今我一跳而來提倡藝術方法，自知結果必定是『曲高和寡』。但我爲提高人類思想的程度起見，不能因寡和而遂不敢唱高調！

末了，我極感謝周作人先生公正的批評。希望他人也如周先生的公平態度來批評批評，以使此書再版時的討論與訂正。

第三版序

於一年中本書竟能刊至第三版，不免使著者又驚又喜了。在這版上，內容仍然如舊。但新來一事極有介紹的價值者：成浮萍先生看此書後居然肯去試驗世人所目為最荒唐的「內食法」。雖然算為失敗，但我們不能佩服他嘗試的勇氣，以視一班人對待新事，掉頭不顧，僅會說：「不可能，不可能」的武斷口氣者，真有天淵之別。他兩晝夜挨餓的痛苦，不但他得了內食法的經驗，而我也得了些參考的好材料。究竟，這個試驗不會沒成績的，祇須逐漸緩緩來，初為半日不食，繼則延長一日，再進為一日半，二日，二日半，三日，……等等，水料自然要用，且須多多用。就生理說：人生七日水米一點不沾牙，恐就不能生活了。我不知甘地廿一日怎

樣的絕食法，但可斷定他決不能毫無一點物品入肚，不過飲些水料，或則比平常食少到極點就算了。（答有機會
寄信問他）當人少食或絕食時其中應守許多條件中，其一，是不可出外運動。最好常埋頭看書或作文。困乏則睡。例如當我作本書時，一連用了四十餘日的工作。此期食物比平時當減三分之二，常常每日僅用一回晚餐。而我覺得精神不乏，肉體不困者，因為注意於著述，戶外運動又極少，遂致所食雖微，不用費神於消化，而反能用全力於思想，這是我的初步內食法的成功。至於成君則僕僕於道路，刻意遊玩，甚而打牌到夜晚一時回家，這些工作皆需要極多的養料，無怪餓不可耐而至於要眠不得了。

我由此記憶起一件故事來了！歐洲當中古時一班「理學家」要去試驗人類究竟有無含了獸性？他們就把一人禁在圍欄內絕食，此人初時尚能忍耐得去，及過數日後，饑渴交迫，不但變成爲獸性，實則完全已成瘋狂了。這是一件極傻的試驗法，我極希望一班試驗內食法者不再去作這樣的傻法。生吞活剝是不能成功的，內食法

的應用僅能緩緩做去，又須要在特別狀態之下——如用大腦力及使強意志時——又僅能在一定可能的時間——如每年或若干年纔行一次——然後纔免如上歐洲理學家的舉例把人類爲犧牲品！

張競生記

民國十五年四月北京

可是，成君的試驗是可以參考的，故現轉錄於下：（原文載在世界日報副刊）

內食法的鍛練經驗

（成浮萍）

我自幼時的食量就很小，一日兩餐，淡淡即足，對於衛生論調中的：「食物不宜多，只求潔淨，新鮮有味，即能得到精神的滿足，與身體極大的出息。……」我很奉爲金科玉律，並且也得着他的效力了。

前些日由朋友處借來一冊張競生博士著的「美的人生觀」，讀之頗饒興味！唯特別注意就是：他的第一節——「美的衣食住」中飲食一項內的「內食法」……——當時頗激起我的興趣，（最苦的是得不着他的「人生與藝術」一書，

大概還沒出版！）去仿行這件有趣味的運動。無耐我的好奇心已然不可遏止，雖然沒有明白他的方法，我也要決計鍛練去實行！

第一天：黎明起來，一切茶品等物全不用，只飲了一杯白水，忙到曠郊眺遊，吸了不少的新鮮空氣。八點鐘回頭到家照常工讀，比往天加上十倍的勤奮，以實踐孔子說的那句：「發憤忘食」！因為含着很大的興趣，所以消讀不倦，工作不竭，到了早飯間連食物睬也不睬，一直到薄暮的時候，口渴的實在難受了，不得已又飲了一杯白水。到晚飯時候，正值我休息間，饑的不得了，遂又到河畔間遨遊了半點鐘：天已黑了，漫行歸家，一日沒吃飯，心臟內時覺一陣烘熱，口裏也很乾燥，我心裏念道：莫非這就是張先生所說的那種『熱力』，而能賴他生存？當時我笑了幾笑，歸到家用，看了一陣晚報，又讀了一課英文，心身實在痛苦不堪！好幾番要進些食物，又可惜犧牲這一日的工夫白挨一天餓，而不能領略着這『內食法』的奇趣，遂決計不食了，又伏在案頭勉強一陣工作，遂忙著入夢鄉了。夜晚的精神，自

比往日爲微弱，但是總覺心中不適，難成好夢，幾將失眠，卒至夜後三時才安睡。

第二天：在未起床的時候，覺得口中麻木，腹內空虛，起來以後，仍是繼續昨天的旨趣，振作好奇的精神。晨間又到一個曠野所在去遊逛，那個地方叫「放生池」，離我家有半里之遙，乃立於高峯之上，樹木園林，遍觸眼簾，東望而鐵軌古寺，南望而茅蘆僧墳，西望而烟囪煌市，北望而住所人叢，上望而雲烟霞彩，下望而塚墓滿地。這一幅天然的美景，把我圍在當中，愛美奇情，透於心田，直能把餓忘了！午後工作間，好像不食的堅忍性較昨天穩固的多了，到夕間身體一陣怠倦，臥而酣睡，醒已晚九時了，喝了兩杯白水，無聊的了不得，朋友來了，約我去看電影，我很高興，隨他出去先到一個同學家，他們又不願意去看電影了，遂打起牌來，直到夜一時才回家，忍飢而眠！

第三天：晨九時醒了，一點的精神也沒有了！心中說道：「熱力」那裏去了？勉強起來，看見食品，什麼又叫有興趣而食？那個又叫爲需要而食？吸味吸氣？更

不濟事了，簡直拿糟糠餅都當做甜餠。那時間我覺得興趣中而為需要，需要裏才含有興趣。於是我勉力支持一會，到吃飯時候，不由不覺的就恢復素日的早餐了！當時我腹中覺得非常的滿足而快美，我挨了這兩晝夜的餓，原欲受新奇的興味，不想仍是食的需要戰勝，而沒成功。

我由這三天經驗之中，以為是要打算絕食，不過是一長時間至一日，這就算得着了「內食法」的滿足，還必須為有趣味的工作，和快美的遊玩，才能成功，所以我這三天內專注重跳遊。要說一星期至二十幾天的不吃飯，真恐怕難達到這樣的慾望！張先生的學說，也未嘗沒理，想他在「人生與藝術」一書上，必有精確的方法。我的鍛練，自難免有好些個不得法，現在且希望大家予以充分的研究討論才好。

三月二十記這三天的經過。

美的人生觀目錄

導言..... 1

第一章

總論..... 13

第一節——美的衣食住..... 17

第二節——美的體育..... 55

第三節——美的職業，科學，藝術..... 75

第四節——美的性育，娛樂..... 93

第二章

總論..... 115

第一節——美的思想..... 121

第二節——極端的情感，智慧，志願.....	167
第三節——美的宇宙觀.....	185
結論.....	207

美的人生觀

導言

我於『行爲論』上（舊稱爲倫理學）將刊行六種書：一爲，行爲論採用『狀態主義』嗎？（狀態主義，英名 Behaviorism 人常譯成『行爲主義』者）。希望在這書上解釋行爲論與狀態主義的異同在何處。第二書是，行爲論的傳統學說，於此中說明傳統學說之不足倚靠。其第三書，行爲論與風俗學，則在研究風俗學和行爲論互相關係之各種理由。這三本書既屬於批評與破壞之性質，自然不能以此爲滿足，我於是再進而爲建設與實行上的研究，後列三書卽是其媒介：(1)從人類生命，歷史，及社會進化上看出美的實現之步驟，(2)美的社會組

織法，(3)美的人生觀。美之一字，在此作廣義解，凡歷史進化，社會組織，人生觀創造，皆以這個廣義的美爲目的，爲根據，爲依歸。以美爲線索，可知上列三書本是一氣銜接不能分開的，現在姑爲閱者及印刷便當起見，暫各爲單行本，而我先將美的人生觀一書問世。

人生觀是什麼？我敢說是美的。這個美的人生觀，所以高出於一切人生觀的緣故，在能於醜惡的物質生活上，求出一種美妙有趣的作用；又能於疲弱的精神生活中，得到一個剛毅活潑的心思。他不是狹義的科學人生觀，也不是孔家道釋的人生觀，更不是那些神祕式的詩家，宗教，及直覺派等的人生觀。他是一個科學與哲學組合而成的人生觀，他是生命所需要的一種有規則，有目的，與創造的人生觀。

生命的發展，好似一條長江大河。河的發源雖極渺小，一經長途匯集許多支流之後，遂成爲一條整個的浩蕩河形。生命發源於兩個細胞，其「能力」Energy本來也是極渺小的，得了環境的「物力」而同化爲他的能力後，極事積蓄爲生命的「儲

力』，同時他又亟亟地向外發展爲擴張的『現力』。就其儲力與現力的『總和』計畫起來，當與生命所吸收的物力『總量』相等。生命的力不能從無而有之原理，當與物理學的『能力常存不增不減』之原則相符合，一切關於生命神祕的學說，自然可以不攻自破了。

但由儲力而變爲現力時（擴張力），則因各人的生理與心理運用上不相同，遂生出了彼此極大的差異。例如：有些人的儲力，除了作爲體溫上的燃燒料外，別無他用（一班終日坐食無事的閒人），有些人則僅用爲性慾的消費（妓女和嫖客等）他如工人腕力，信差腳力，藝術家學問家的心力腦力，比較上算是能善用其力之人了。可是，古今來善用其能力者，莫如組織家與創造人。彼等的生理好似一個『理想機器』的構造：祇要有一點極微細的熱力，就能發生許多有用的動力。彼等心靈的運用，有如名將的指揮，能以少許勝多許；有如國手的籌劃，只用一着，則全盤局勢遂得佔了優勝的地位。就不知利用能力的人看來，以爲組織家和創造人的思想

與作爲，不是人間所能有，好似天上飛來者，實則彼等與普通人不同處，僅在善用其能力與不能善用之間而已。

儲力貴在善於吸收，擴張力貴在善於發展，故我們得了培養與擴張生命能力的方法約有二端：（一）求怎樣能養成一種最好的生命儲力，使發展爲最有效用的擴張力，並且使這個擴張力得到『用最少的力量而收最多的功效』的成績。（二）使環境如何纔能供給這個擴張力，一個最順利的機會，和最豐足與最協調的材料。前的，屬於『創造的方法』，即在創造一些最經濟最美妙的吸收與用途的方法，使生命擴張力不至有絲毫亂用，並且使他用得最有效果。後的，則爲『組織的方法』即在如何組織環境的物力與生命的儲力達到一個最協調的工作，並使儲力如何纔能得到一個最美滿的分量。

可是，創造與組織，必要以『美的人生觀』爲目的，然後纔能達到組織與創造的眞義與最完善的成績。以美的人生觀爲目的而組織成一切物質爲美化的作用，則物

質至此對於精神上的發展便有充分的裨益。別一方面，以美的人生觀爲目的而去創造精神的作用爲美化的生活，然後我人一切生活上纔有無窮盡的興趣。

這本書上所要說的與別書不同處，就在希望能夠供給閱者一些創造與組織的好方法，和一個美的人生觀的真意義。現在國人對於創造和組織的常識已極缺乏，對於創造和組織的真義當然更不知道，至於人生觀一名詞雖成爲時髦語，究竟，能了解人生觀的人則極少數，能了解美的人生觀敢說更是『鳳毛麟角』了。

美的人生觀不是一個虛泛的概念，乃有他實在的系統，今就其系統的橫面排列起來則有八項如下：

美的 衣食住（附墳墓和道路）

美的 體育

美的 職業

美的 科學

美的 藝術

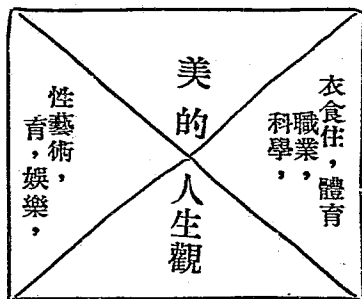
美的 性育

美的 娛樂

美的人生觀

但就其系統的直豎說，即是從其整個看來，則可寫

成爲下表：



在這個表上是指明衣食住，體育，職業，科學，藝術，性育，娛樂等七項，不外是用來創造與組織這個整個美的人生觀的一種材料，而美的人生觀，乃這七項共同奔赴的獨一無二之目的。以下這本書所論列的，第一章是把這七項對於美的研究上用了『分析』的功夫。至於美的人生觀一項，乃是『綜合』的作用，所以留在第二章去討論。原來分析與綜合雖是互相關係與均爲造成一個整個的學問不可少之

方法。但必分析的先行成立，而後綜和的纔能奏效，故就研究的方法上說，我們免不了暫時把這個整個的美的人生觀拆做前後二段。若就其學理上說，我們看這前後二段的底裏意義仍然是一個整個。

先就第一章分析的方法上說，我們見出一切之美皆具有『科學性』並且是『人造品』之物。美是具有科學性的，所以有一定的大綱為標準。故凡依住這個科學大綱去創造者，則所得之美當然不會鬼怪離奇致蹈前人之以纏足為美鴉片為樂等覆轍。別一方面，美是人造品的，祇要我以美為標準去創造，則隨時，隨地，隨事，隨物，均可得到美的實現。凡真能求美之人，即在目前，即在自身，即一切家常日用的物品，以至一舉一動之微，都能得到美趣。並且，凡能領略人造美的人，自然能擴張這個美趣，去領略那無窮大和變化不盡的『自然美』。因為自然美之所由美，不在自然上的本身，乃在我人看他作一種人造美與我們美感上有相關係，然後自然美纔有了一種意義，由此我們可以知道缺乏人造美的觀念之農子樵夫與一切

普通人，何以同時也不能領略自然美的理由了。至於那些破落戶的詩人和玄學派，及枯槁無生趣的宗教家，忘却人造美的作用，祇會從虛空荒渺處去描擬想像，這些人最是與美趣無緣分者！他如一般狹義的科學家，僅知科學是實用，不但他們為科學的門外漢，而且是美的科學的大罪人！

於討論第一章美的意義從分析方面研究後，我們在第二章上對於美的研究，另外抱別個方法，即是看美的作用為綜和的與哲學的物。就綜和說，美的人生觀是整個的不可分析的。一切的美自衣食住，體育，職業，以至科學，藝術，性育，娛樂等，都是綜合起來組成爲這個整個的美的人生觀用的。這七項上分析起來，雖各有一部分的美之價值，但總不如組合起來爲更有效用。其次，就哲學說，美不止是整個，並且是有系統的。以美的人生觀爲中心點而組成爲美的系統，因有系統，所以能把那些零碎的分析的各種美綜合起來爲整個美的作用。故就整個說，缺一部分固不完全，但若無系統，雖有整個，也不成美。必要有系統的美，然後對於一切美，

纔能有條不紊與取多而用宏。必要有系統的整個的美，然後對於美的作用纔能用
力少而收效大。

從綜和上哲學上看起來，美更是「人造品」之物呢。因為由綜和與哲學而造成
爲有系統與整個的美，全是我人自身上的事。不用外假，我們自己自能創造美的情
感，志願，知識，與行爲。我們自己就是情感派，聰明人，志願家，及審美者，的
創造人！可是在這層上，所謂「人造美」的意義與第一章的不相同。第一章的人造
美是科學的創造，即是把環境一切之物，創造成爲一種美的實現。第二章的人造美
是哲學的創造，乃在創造我們心理與行爲上整個的美之作用。但這二個「人造美」
乃是互相關係，互相促進，以成就我們科學的和哲學的美的人生觀者。

進一步說，科學方法與哲學方法不過是一種工具而已，人們得到這些工具後，
須另出心裁求些比此更好的工具——這即是「藝術方法」的作用——然後纔能夠組
織和創造美的人生觀。藝術方法，一面是科學與哲學二方法組合上的產生物，一面

又是他倆的先容者，這個方法的重要，使我們在此書中不得不特別去注意他。

人間與宇宙間之美不一而足，全憑我去創造去享用。我們對於美的責任在使的『美流』，在使一切之物力，變為最有效用的『美力』，這些大而且新的問題，皆是我們在此書上所亟要研究的。

在此結束上，我應連帶聲明者：美以『用力少而收效大』為大綱，由是我們得到一切之美皆是最經濟的物，不是如常人所誤會的一種奢華品啊。例如：我在下文將指出衣食住的創造法，若以美為標準，其費用當比普通衣食住更便宜。再以美的體育說，不用些少費，而能於快樂中得到康健的身體和敏捷的精神，這樣的經濟更不待言。至於職業和科學等，若採用美的方法則用力少而出息多，且其出息皆大有裨益於美的人生觀。故我敢說：救濟貧窮莫善於美，提高富強也莫善於美。

但美不僅於物質的創造上得到最經濟的利益而已。他對於精神上的創造更能得

到最剛毅的美德。惟有美，始能使人格高尙，情感熱烈，志願堅忍與宏大。惟有醜，纔是身體疲弱，精神衰頹與人格墮落的主因。一切疲弱衰頹的狀態乃是醜的結果，一切剛毅勇敢的德性，纔爲美的產兒。凡知道美與剛毅互相關係的真義者，當然不敢以小白臉，吊膀子等醜惡的行爲，假借這個神聖的美之名目去招搖！故我們在本書上所要提倡的美的藝術，性育，娛樂，及人生觀等不是我國現在靡靡然的藝術，禽獸式的性育，下等的娛樂，與無聊賴無目的之人生觀，乃在要求得一個能提高性格的新藝術，一個得到情感安慰的性育，一個具有種種美趣的娛樂，一個性格剛毅，志願宏大，智慧靈敏，心境愉快的人生觀。

第一章

總論

美是無間於物質與精神之區別的。「物質美」與「精神美」彼此中具有相當的價值：一個美的女兒身與一個神女的華麗同樣地可愛惜；一種美的衣服裝與一種雲彩的色彩同樣地可寶貴。人類對於美的滿足，不在純粹的精神美的領略，也不在純粹的物質美的實受，乃在精神美與物質美兩者組成的「混合體」上。當其美化時，物質中含有精神，精神中含有物質。例如：夜夢與神女交，雖在這個不可捉摸的幻象，但覺得真有這件事一樣，此時此境，夢中有真，靈中有肉，精神中已含有物質了。又如赤裸裸美的人身，當其互相接觸到極熱烈時，覺得真中有夢，並且覺得愈「夢境化」愈快樂，在此情境上，肉中有靈，物質中已含有精神的作用了（西廂：「今夜和語，猶是疑猜，露滴香埃，風靜閒襟，月射書齋，雲銷陽台，我審視明白難道是昨夜夢中來」，就是這個意思）。

就美的觀念看起來，靈肉不但是一致，並且是互相而至的因果。無肉即無靈，有靈也有肉。鄙視肉而重靈的固是夢囈，重肉而輕視靈的也屬滑稽。因以美化爲作用，則物質的必定精神化，而肉的必定靈化，故人們所接觸的肉，自然無些『土氣息泥滋味』而有無窮的美趣與無限的愉快了。就別面說，一切既美化了；則精神的，不怕變爲物質，而靈的，不怕變爲肉。不但不怕，並且要精神的確確切切變爲物質，靈的顯顯現現變成爲肉，然後靈的始無空擬虛描的幻象，而精神上纔有切實的慰藉。

明白上頭這個理由，就可知道我們爲什麼對於美的系統上，要看美的衣食住，美的體育，美的性育等與美的藝術及美的人生觀等一律地均有同樣價值的主張了。總之，我們視物質美與精神美不是分開的，乃是拚做一個，即是從一個美中由兩面觀察上的不同而已。並且我們要把世俗所說的物質觀看做精神觀，又要把世人所說的精神觀看做物質觀。換句話說：在世人所謂肉的，在我們則看做靈，在他們所謂

靈的，在我們反看做肉。實則，我們眼中並無所謂肉，更無所謂靈，祇有一個美而已。

就美的性質上說，彼此分子雖無輕重之分別，但就系統的排列上說，其次序確有先後之不同。以美的衣食住為生命儲力的起始，故列在前頭。以美的性育與娛樂為生命發展的依歸，故放在後面。以美的人生觀一項為一切美的總結束，故留在最後層去討論。至於美的體育，當後於美的衣食住而成立。有此二項在前，而後美的職業與科學纔有托足，由是而有美的藝術，性育，及娛樂等的作用。現就此章所研究的系統次序上列表如下：

- (一) 美的衣食住 (附墳墓和道路)
- (二) 美的體育
- (三) 美的職業
- (四) 美的科學

(五) 美的藝術

(六) 美的性育

(七) 美的娛樂

第一節

美的衣食住（附墳墓和道路）

在本節上對於美的衣食住及道路所要提倡的大綱，是使生命的儲力的吸收與發
展上怎樣得到一個『用力少而收效大』的成績。其大綱的細目則有四項如下：（一）
最經濟，（二）最衛生，（三）最合用，（四）最有趣。可惜人類自知創造衣食住
及道路以來，或全未合這些意義的，或僅合了第一個而未合乎第二個，或合乎第三
第四的，則遺忘了第一第二。現在我們若以美的人生觀為目的，以用力少而收效大
為大綱，去創造衣食住與道路，當能達到這四個細目的真義。容我先說衣服，次及
飲食，後為居住及道路。

（一）衣服

衣服不是如世人所說為『羞恥』用的。試看現在尚有許多民族裸體遊行毫不為
羞。雖在文明的地方尚有利用裸體為表示他們美麗的身材者：希臘裸體彫刻，近世

裸體圖畫，以及歐美婦女大開胸式的服裝，皆是表明衣服不是穿來做『禮教』用，也不是穿來做偶像用的證據。

究竟，穿衣服的真意義是什麼？我想第一是因有些地方寒冷，不能不穿衣服以禦寒取暖。第二，則因男子的陽具在半身間突出得太離奇和舉動不便當，女子的陰具如遇經期或有病時流出那些不雅觀的體水，所以在這二部分上，須用一些物去遮蔽，這是用一部分衣服的起點與因由。到了今日仍有許多民族雖滿身赤裸裸，獨對於陰陽具上尚須遮蔽，就是這個緣故。第三，是因有些人的身體長得太醜惡了，不得不用衣服去遮掩假飾。第四，在稍文明的社會，則有純粹以衣服為美飾品者，今舉其二項如下：（一）以衣服的裝飾與做法不同為階級上辨別的記號，如貴族與平民，男人與女子的服裝不相同之類；（二）純粹以美為觀念，如近代歐美的女子，冬天或穿極薄的絲襪，夏日反帶毛領巾之類。就上說來，除了第一項穿衣服乃為需要所迫外，餘的多是為美麗而穿的了。這些都是證明衣服不是為『遮羞掩恥』的最

好憑據。

依隨各人與各民族的經濟，衛生，應用，和審美，各種觀念的不同遂造出了極繁雜的衣服式樣。我們若把古今東西的衣裳聚合一望看起來，其離奇古怪與五光十彩處，必能與一切禽獸的皮毛和昆蟲的彩色互相輝映。在此層上，極易見出人類的創造力，不會比自然的創造力輸却許多。也可見出『人造美』是補助『自然美』的不足了。但因向來無一個『科學的與美的服裝』做標準，以致大部分人類的衣服不是有礙於身體的發展，便是有礙於美麗的觀瞻。我國現在通行的服裝大都犯了這些毛病！

中國老病夫的狀態不一而足，而服裝是此中病態最顯現的一個象徵。男的長衣馬褂，大鼻鞋，尖頭帽，終合成了一種帶水拖泥蹣跚步滑頭的腐敗樣子。至於女子的身材本極短小，而其服裝分爲上衣下裙（或褲），每因做法不好，以致上衣下裙不相聯屬，遂把一個短身材竟分成爲頭部，衣部，裙部，及鞋部四小部落了！在夏天

時，因服裝少而不齊，令人望去好似一張『皮的影戲人子』，身上現出片片補接的痕迹。若在冬季，因其多穿，又因其做法與配置不好，竟把一個身子變成大冬瓜了，這是通常我國女裝的鑛處。若論兒童的裝束，都是照成年一樣，三兩歲小孩就成了『老成人』的怪狀。把一個活潑潑的生機破了服裝所摧殘殆盡，這個更堪注意去改良的！

民國改元，僅改了一面國旗和一條辮，其緊要的服裝仍然如舊，這個是民國的一大失敗。論理，改易心理難，改易外貌易，若能把這個病態的醜惡的服裝改變，自然可以逐漸推及於精神上的改良。但我不是主張如從前易朝時必改服的那樣無理胡鬧。（袁世凱時代的制）我所要改易的新裝當按上頭所說的四個細目：——最經濟，最衛生，最合用，最美趣，為標準。現先說男裝應該改良是什麼？

現時習尚的男子開領西裝，費用太大，而且嫌於矯揉造作，也未嘗見得美，穿者不過看做『奇異與貴族式』罷了。所以我主張不可採用這樣西裝。我人應當採用

『漂亮的學生裝』(又名操衣服，或名軍人裝，即扣領的上衣與操褲，冷時加外套。所謂漂亮的學生裝，即是質料精美，顏色鮮明，做得整齊，穿得講究，保持得潔淨。若能如此，學生裝束自然是極好看了。我國學生裝與日本裝都極粗惡，而西洋軍人裝則極悅目，就是在做法與穿衣上不同的緣故)。男鞋當用皮做，其頭不可過細。帽當略如哥薩克式或土耳其形，取其高以襯高我人的矮身材。(最好於腰帶上佩)如是，則前時拖長衣的病夫狀態，當一變而為雄糾糾的偉丈夫了。這樣男裝就是合於美的標準，因為他是『人的服裝』。因為這樣裝束能顯出男子漢的儀容，能使穿者有活潑的氣象與振作的態度。他如保重體溫的衛生，行動作事便捷了當，以及免如長衣，多費一半無用的布與易帶泥土泥易骯髒的那樣不經濟，其種種利益更不必再去詳說了。(學生變講究者當透汗領及補套，使領與袖不弊)

原來衣服不單是為壯觀瞻用的，並能使穿什麼衣服做法的人，就養成什麼姿態。例如穿緞鞋(或布鞋)慣了的人，脚力就不免輕浮，行路就成了拖踏，支撐身

體終不能得到正直與穩固，我國人多曲背彎腰雖有種種因緣，而與穿綫鞋必有些關係。若推而論全部的服裝與身體的養成，其關係上當然更大。常見一個中國小孩穿起長衣馬褂與中國鞋起來，儼然就現出了一個腐敗的老大國人身材；背不免彎斜了，手不免直垂了，行起路來就不免帶擺又拐了。可憐的幾歲小孩，其天然直豎的骨格已不免逐漸為衣服的格式所改變了！故現在『小孩裝』最當參酌採用歐美式；短褲露膝，與寬博的短衣，務使小孩舉動活潑，及生機上有發展的可能。並且希望男小孩裝扮得雄糾糾，女小孩裝成得嬌滴滴，彼此上又均當養成了愛美，喜歡清潔與整潔的嗜好。

我國女裝的改良比較男裝的更為重要，大概我們女裝的不美處：第一，誤認衣服為『禮教』之用，不敢開胸，不肯露肘，又極殘忍地把奶部壓下。第二，做法不好，致上衣下裙不相連接。第三，內衣褲的裝束不良。第四，無審美的觀念，顏色配置上多不相宜。現當從這些缺點上去改良。我以為當參用我國古女裝及西洋婦女

裝的長處而去其短。其最簡便，最衛生，最窈窕嫵娜與活潑中而又莊重者，莫如於身內穿一『衣裳連合』的內衣，（如圖(1)）冷時或穿較溫暖的質料及無開胸與具短袖的『衣裳連合』的內衣。（如圖(2)）在此『衣裳連合』的內衣外，在家或出外會客時則穿我國的『改良的古裝』（古女裝極有雅趣，我現在不必把古裝的做法詳細細描寫於此。『改良的古裝』，即是不用穿了襖後又穿褂與裙，祇要穿一襖就夠了。

并且襖的做法須要妥帖身體，使骨骼的美處能夠表現出去，而襖外束一花樣宮綵帶，藉以顯示一種風韻態度。又改良的古裝，襖的長度僅夠遮住『衣裳連合』的內衣末處即足，腳上穿長襪隱約間可以見肉。襖袖不必過長且不可寬。這就是我對於古裝改良上大略的敘述）。若出外作事或旅行時則穿最簡便的洋女裝略如圖(3)與圖(4)加上以帽如圖(5)。寒時於『衣裳連合』的內衣之內加穿襯衫與襯褲外或穿衛生衣服等，外出時於外衣上加外套。我主張採用最簡便的洋女裝，因其費省而窈窕。至于繁重的洋女裝，其件數過複雜，其做法過苛求，我們可不必去學他。（附圖如下）

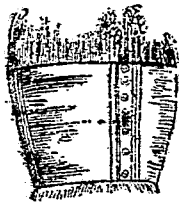
(1 圖 附)



(附圖 1)



(5)



(7)



(6)

總之要求女裝的美麗，須當留意下列諸事：

(一)於『衣裳連合』的內衣外，應加上一條環束腰背的圍帶，(略如上圖)以保護腹背的溫度又使腹部不膨脹(不是束細腰)及使腰背不彎曲，與支托乳部不下墜爲目的。我在此應當提出一個極要緊的反抗：卽凡『束奶帕』及爲此目的各種束縛物，都是應該廢除。我常說，不知何時這個反自然，不衛生，與無美術的束奶頭勾當，始與小脚，細腰，及扁頭，諸惡俗同行拋棄！女子有大奶部，原本自然，何必害羞。況且奶頭聳起於胸前，確是女子一種美象的表徵，因爲女子臀部廣大，奶頭在上胸突出，正是使上下前後的身段得了平衡的姿勢，我國女子因爲束奶的緣故，以致於行動時不免生了臀部拖後，胸都扯前的傾斜狀態，這不獨不美觀，并且極不衛生。故現在對於女裝的改良，於如何解放胸前及支托乳部的問題極爲重要的討論。

(二)我前已說我國女子身材短小窈窕，當穿古裝與長衣裝以烘托身材苗條和鵝

娜的姿態了，但長衣裝的做法，當然不可如現在滿洲婦人及北京女子所穿的一樣，應該做得有韻致，又不可過長，腰間須有微束的姿勢，胸間或開或不開，但當使頸部顯出，庶免致有『縮龜頭』的醜態！（旗袍不美處就在做得太長，及太無姿勢。）

(二) 女子穿褲極不雅觀，這個或者因女子是奴隸須做工，所以演用這樣便於工作的服制也未可知。至於妓女因其衣短褲窄以便顯出屁股與陰戶的私處，使人或者於隱約間觸起性慾以達伊們『吊膀子』的目的。現在我們家庭的女子，既不用做工，又不想做妓女，自然無穿外褲之必要。如要穿襯褲時，則當採用上圖6的款式，使褲長僅及膝，與褲底務極寬舒為要。（洋婦內褲常是『無底』者，以便於大小便及免却陰戶的摩擦，因其內裙長且窄，故其間溫度也保得住。）

(四) 女帽應當用布或緞與紗為材料。因為我們女子面細身小，所以帽的形式不可如洋婦的寬大。最好是略如洋女子的睡帽（略如上圖5）。帽上與衣上能時插生花更好，或用假花也可。又依上頭所說的新服式，則頸上必露出，如遇要掩飾時當

用絲和紗等爲頸上的圍巾，極不必演用皮領巾的野蠻裝束。至於女鞋在家內當用繡鞋，出外作事時，或用皮鞋。繡鞋的美麗處，當然不是皮鞋所能及。可惜現在新女子喜用皮鞋，男子反喜用繡鞋，相換起來纔好。（繡鞋通警做得不好，當改爲洋女皮鞋一樣做法。）

（五）女子衣服的美麗處，尤其在顏色的配置上。（男子的本也當如此）。潔白的內衣配上粉紅的外衣，深黑色的長襪，玲瓏的彩帽與後跟稍高的繡鞋，這樣自然是極美麗了。或則裏紅外白，上黑下紫，或則藍衣黑襪，粉帽白鞋，總期淡裝濃抹都儂雅緻爲貴。并且女裝不一定從『優美』處着手，風韻固是極緊要的，但剛強的態度也不可少，這個應當從『壯美』的形式及裝置上表示出來。讀了紅樓夢的人，誰不喜歡尤三姐「脫了大衣服，鬆鬆的挽個髻兒，身上只穿着大紅襖兒，半掩半開，故意露出葱綠抹胸一痕雪脯，底下綠褲紅鞋鮮豔奪目」這個浪漫中兼帶豪爽的裝束嗎？又誰不喜歡史湘雲下頭這個「小子樣兒」的裝束呢？「只見他（湘雲）裏頭穿着一件半新的靠色三鰲領袖，秋香色盤金五色繡龍窄褶小袖掩襟銀鼠短襖，裏面短

短的一件水紅緹緞狐狀褶子，腰裏緊緊束着一條蝴蝶結子長穗五色宮纒。脚下也穿着鹿皮小靴，越顯得蜂腰猿背，鶴勢螂形。」

(6)『花瓣』的採用，使正服上倍加出色。他不但本質美，並使衣服於淡素中顯出風雅的韻致。有錢者當多用花瓣飾衣服，這個是『藝術實用化』上最大的成績。

在上頭對於男女裝及小孩裝大略研究之後，我們再應留意者則爲內衣與寢衣。

我國人對於內衣多是束縛，骯髒，不合用，不好看。寢衣一層竟無其物。實則內衣比外衣關係更大，因外衣終不如內衣與身體上有許多直接的關係。至於寢衣，爲我們終夜的貼身伴侶，其影響於身體尤鉅。總之，要使皮膚免刺激，身體得衛生，當要內衣與寢衣做得合用，好看，質料又要軟柔。凡美與快樂，一邊，爲他人，一邊，更是爲自己的。內衣與寢衣都爲自己用的，故內衣與寢衣應該比外衣更加講究纒對。(此外或用布巾，或用紙巾，以包口唾及拭鼻水之用。這個不是小事，我以爲無論如何穿得好看，若隨便吐口水與揮鼻涕，便是醜態，便失人格，便不是人

的所爲)

衣服做法本是專門技術。我們在上所論列的不過從其大綱處略爲討論而已。私心所最期望者將來由許多衣服店或各人就上所說的衣服裝大綱上去改善改良，又望把他普及起來，可以得到我們下頭的四項成績：

(甲)最省費的。(一)新式的裝束因其做法好，善於保存體溫，自然不用穿了許多件；(二)因其便捷無拖踏，不易骯髒與損壞；(三)其質料與裁做的價錢，若與同樣材料的舊裝相比較當不會昂貴。我嘗在北京『女高師』演講時論及這層的女裝改良法，有些女生說這樣的裁縫費極貴，普通人不易辦到。其實現在的成衣匠看這樣的女裝爲貴族品的點綴，自然抬價極高。但在後日這樣女裝普及起來，其價錢則極便宜。例如以上圖說，在巴黎買，其(1)與(2)的『衣裳連合』的內衣不過各二三元，其(3)與(4)的外衣不過各五六元，連做費與普通的洋布價在內。若我國的男女裝用愛國布做，不過三四元即可得一套外衣服，其用清河泥的當在十元左右而已。(我會與成衣匠

實地談過，其價錢確是此數，就民國十三年北京時價說。

(乙) 這樣新裝是最衛生的。質料的選擇得宜——內衣和暖，外衣堅韌——與做法的合度，自能使體溫上達到一個最適當的發展與保存，可免有過寒過熱的毛病。

(丙) 這個又是最合用的服裝。內外衣服緊接一氣，上下帽襪互相調合，休息與勞動上均有充分的便當。

(丁) 末了，他是最具有美趣的服裝。凡衣服做法，顏色配置，及花瓣裝飾，都是以美為標準，自然逸趣橫生，準能得到美感上滿足的要求。

在這服裝問題討論終止時，我們應當知道衣服的真使命有二事：(一) 衣服純為美觀用的，俗說：『三分人才七分打扮』，凡中等人材都可裝成『美人似的』。因衣服美而使人材美，因人材美而使社會上生出許多你喜我歡的愛情，發展許多熱烈的生氣。故美的衣服的大用處，不但為體溫，不但為穿著舒服與快樂，他是社交上最要的條件與發生愛情上不可少的要素。其次，衣服為保存體溫，這是人所知道的。

但如何使體溫上僅發出最少的分量，就能抵禦外邊冷氣或熱氣的侵犯，這是更爲緊要的問題。照新服裝的方法去做就能解決這個問題。他能節省體溫的熱力爲別種氣力用，如思想，動作，用功，玩耍等，使我們對於氣力可以省却無謂的消費而得到有用的效果，（熱帶及寒帶的人民，因體溫耗費的緣故，遂使思想等力量減少。思想，動作，用功，玩耍等皆不過一種體溫的變化，合再聲明于此）。他如體溫不亂費，則飲食分量可以節省，這個效用也有二：（一）因節省食量免却消化部的許多勞動，身體上可以去別種有利益的工作。（諸君也知不消化病的痛苦哪！）（二）因少食，我人可免爲食物之負累去做許多純爲『餬口』的無聊工作及兇惡的行爲。（現時大多數的工人純爲衣食問題忍受牛馬般的工作，至於貪賄的人，與打劫賊，及一切社會罪惡，也是爲衣食問題而起的！）

（二）飲食

飲食一道與身體的關係比衣服的更爲重要。生命儲力都從飲食而來。一切慾望

多爲飲食而起。不得食的好處，則由食物而傳入身內各種病菌，使我人的形骸憔悴精神頹喪，以至於疾病痛苦衰老死亡。若得了食的妙法，則由食物而變爲身內最多的熱力，由熱力而變爲我人的思想，情感，志願，玩耍，及動作等的作用。故我們可說：食是生命的根源，生命是食的結果。故創造美的飲食，乃是創造美的生命最緊要的原料。

創造美的飲食與創造美的衣服一樣，以『用力少而收效大』爲大綱，以最經濟，最衛生，最合用，最有趣等四項爲細目。現在把飲食分爲質料，做法，食法，三端，以求達到這個大綱與那些細目的要求。

(甲)以質料說，應把一切飲食分爲『正糧』，『副糧』及『飲料』，與『附屬品』四類。依各地方之不同而定麥或米，或梁，黍，稷，番薯等爲正糧。豆，粉，魚，肉，菜蔬，水菓，及糖料爲副糧。乳，茶，咖啡，汽水等爲飲料。酒和煙捲等爲食物的附屬品。

第一，我們最緊要的問題，在使副糧代替正糧。以每日三餐說；早晨爲飲料，午用正糧，晚是副糧，則前時每日用三次正糧者，現僅用一次。方今我國正糧的米麥極缺乏，每年由外洋運入者已達幾千萬擔，這樣不但財源外溢，並且接濟不及，而有絕糧之慮。若把前時每日需三次正糧者，改爲一次，則個人上的經濟極合算，而地方上於正糧有儲蓄的可能，以免遇歉收時即呈饑荒的險象。副糧除肉類爲貴族品且極有害外，餘的價錢都極便宜，且其味美，滋養料足，又極美觀。以豆類說如豆腐，豆乳，在我國中已極通用，前時素食家幾靠他爲獨一的菜料。水菓一物取爲做湯做餅與布丁等其用尤大。我嘗在德國住一人家，數人以蘋菓切片後和麵與糖所做成的濃湯爲晚餐獨一的糧食。赤澄澄的蘋菓，粉紅色的麵湯，物已是極美觀了，並且口味好，又極衛生極便宜。我常想在南方的屋邊種了許多香蕉樹，其香蕉可以生食，又可以和粉做餅，味道香美無倫，外國菓列爲珍品。若於晚餐用了數個香蕉餅，滋養已足，既果腹又易消化，不意於極便宜上得了珍饈的幸福。北方的棗

也可生食與熟用。屋內院子與屋邊栽培極多的棗樹，於住宅極美觀，於衛生極有益，又可以為食品用，所謂一舉而數利兼收。

（亞拉伯人以棗為在沙漠旅行上獨一無二的乾糧，非洲人又有以香蕉為獨一的食品者。這

二物的滋養料極富饒。以香蕉說，每三蕉已抵得一個菓子，每日食九個蕉，營養料已充足。）

魚類為副糧中的佳品，出魚之區，晚餐以魚為主料，並不見多費。至於菜蔬一類，美同花卉，味至清鮮，也當常常利用。此外，又當特別提倡我國人最不識利用而在副糧中為最重要的糖類。糖價雖貴但少用即足。他是極能助長氣力的，當人極困憊或用力後疲倦，以少許糖和茶飲後即恢復元氣，故糖有烟酒的功能而無其弊害。我嘗研究得生物中惟『食糖類』的動物為最聰明，如糖蟻，蜜蜂之類。在人類中，文明人比野蠻人用糖獨多。又糖與粉麵等和合後，做成各種美麗的點心，為普通人的食物外，特別又為小孩及老年的嗜好品。所以點心在副糧出產品中佔極重要的位置。

晚餐副糧的採用，不但是省却正糧，並且可多得口味。日日三餐都是一樣物，

何等討厭，若三餐不同物，則一日中可得三味的調換，自然胃道大開食慾奮進了。並且，每因晚間多食不消化之物以致病，若用副糧，自可避免，除了各人所需要滋養料的一定食量外，實在不可多食。多食則變爲脂肪質的肥肉，於身體上極有妨礙，常至於傷生致不能長命。故我人當養成少食的好習慣。晚餐少食的英國人其體魄常比法國人晚餐多食更康健。

飲食多半是由於習慣的。朝食本可廢止，或不得已而代爲飲料。上午多用功者當食稍濃的物如牛乳，或牛乳滲可之類。無事的人用茶即足，稍和以奶與些糖減少茶的刺激性，並且可得些滋養料與提神的功效。咖啡極興奮，但用些以提神也極有益。至於汽水，冰其林等於熱帶及暑天極當採用。總之，我想晨間僅用飲料即足，而飲料中以牛乳爲愈有益。乳有除殺身中病菌的功能，凡要長壽及美貌者不可不多用。

乙)爲達到食物美化上的目的，故食品於選擇質料外，又當講求其美的做法。我

國有許多地方的麥米做得極不好（北方的麵條條大餅，潮州的飯）。以致味同嚼蠟，無益滋養，徒累肚腹。做法好的如法國麵包，廣州飯粥，因發酵與烘烤得法，故出貨多而好看，且有滋味與易消化。在副糧上，做法之外，其切割，烹調，與和味等項也極重要。同一樣物，因其切割的形狀長短，方圓，鈍銳，大小，不同，及烹調和味的方法差異，於味道上即呈大大的變更。貴如燕窩魚翅如做得不好，不如做得好的豆腐爲香甜。凡做法好，使目見得美麗，自然食得有趣。例如用各種模去印麵塊成爲各色花鳥人物的樣式，做爲湯料，不但美麗，並且使舌根觸覺各種花樣之不同而各得了一種的滋味，若與北京市上黑灰色和蚯蚓式的麵條那樣醜劣相比較，相差真有天壤之別了。

(丙)現就『食法』說，更當求其美化。由我們在上頭所說的看起來，美的食法免用多費，不過把舊有物料做得極好味道而已。其次，美的食法於美味外，又須兼及於美觀。要求美的食法之人，須當節出食物費若干分之一，以爲購置關於美觀的用

途。例如：膳人應比別種用人格外清潔和具有些美趣。他如食堂，食桌，食具等的裝飾皆當講究。至於桌供生花，壁掛美畫，以及助食的音樂，勸膳的種種消遣物等，應當視力所能及不憚勞的去設備經營。這些費用不是無謂的消費，有他而後食物纔能美化，有他而後食物在精神上的價值纔能增高。

除上所說二種美的食法外，還有第三件更緊要的是『美的內食法』，這個可用三個步驟來說明：(1)使所食之物在身內得到最高度的熱力；(2)使人對於食物，僅在物的興趣上而不在其需要；(3)使身內的熱力轉變為精神上最高度的作用。

現先就內食法第一步說，他叫做吸味與吸氣法。這個固然不是普通所謂的食。但他與食物的關係，在使食物能消化，又能使物消化後在身內得到最高度的熱力。實行這個吸味與吸氣的人，聞肉味而無食肉與嗅花香而無食花同樣能得精神上的快樂。實則普通人的食法也以味與氣為重的，遇着無味與失味或變味之物，除非在極餓的時候，誰也不肯食的。不過講究味與氣之人，更加注意於物的精髓而忽略

於物的精粕罷了。我嘗見潮州人的善飲茶者於一個極小的茶杯中不過裝上數點的茶水，未飲時先嗅味，飲完後又嗅茶杯中的餘香。至於一些人的飲茶，大碗大喝，由他們看來無異於『牛飲』了。此外善利用味與氣者，莫如於曠野美麗的場中飽吸新鮮的空氣。實行吸空氣慣的人覺得他與自然呼吸相通而合爲一，於精神上有無窮的興趣和快樂，而肉體上也有無窮的熱氣與能力。因爲新鮮空氣入入身中，好似養氣透入火爐的炭中一樣。爐炭得了養氣而燒力倍烈，人身熱力得了好空氣，而氣力愈加提高。無空氣，則肺臟的炭氣不能燃燒，也如爐炭無養氣就要熄滅一樣，這個可見吸氣與我人精神和肉體的营养關係上的重要了。由此也可見得吸味和吸氣與食物上的關係至深且大了。

『內食法』的第二步驟上是：『使人對於食物，僅在物的興趣上，而不在其需要』。『興趣』與『需要』的區別甚爲重要。第一，講興趣者，有興趣時纔食，否則就不食。由是可以養成『食爲興趣』的習慣，不是如俗人完全爲口腹的需要而飲食的。

第二，凡看做興趣品用的，則一切物皆有益。若看做需要品用的，則一切物皆爲負累。例如米糧，因他是爲我們日常的需要品，所以我們雖不能不用他，但常給我們們的討厭。又如烟酒若能善用爲興趣品，則杯酒枚煙常能使我們身體上得到極快樂的興奮，而精神上得此逍遙於煙雲飄渺之中，常能得到深妙的思想與高尚的樂趣。反之，若把煙酒爲需要品用，如現在的人手不離煙，口不停杯，遂把一切煙酒的美趣完全失却，這些人當然是滿腦裝上了烟晦氣，滿肚盛下了糟味道而已。其結果，則神經過於刺激，肉體過於疲勞，以成今日我國社會上充斥了老大病夫及神經病態的二種人物！第三，曉得興趣的食法之人與普通人的食法不同處，就是普通人無這一個興趣的食法，以致不免一味濫食，僅僅長成一個『行尸走肉』的軀體，甚且爲食物所侵害而至於死亡。至於曉得興趣的食法之人，對於食物必先有興趣而後食，自然極會節制食物的分量而不會過度。且能使食物爲他所同化而不爲食物所同化，同時，使食物同化後爲他美麗的身體與健全的精神。

以上二層所說的不過是『內食法』的陪襯。實則『內食法』的真義不單是吸味與吸氣，也不是單爲食的興趣，他是在一定的時期完全不用外食，僅靠極微的身內熱力就能生存，而且得到精神上極大的出息。誰不見盪到一個時候不用食桑僅做吐絲與傳種的功夫麼？究竟許多科學家，美術家，哲學家以及組織家和創造人，何嘗不是在一定時候完全是絞腦汁竭心血做他們的事情，何嘗不是把飲食的事一概都忘却呢？孔子說：『發憤忘食』。昔蘇格拉底嘗因深思凝想的緣故鵠立於廣場上至一日一夜之久，這些不過舉出一二證例罷了。這樣的『內食法』，雖不免使身體瘦弱，但他的精神則甚鏗鏘清爽，而無絲毫的疾病，并且能益壽延年。因爲他所消費的（內食的），是身內同化後的熱力，自能得到這些『同類的熱力』的忠心與最大的效用。別一方面，曉得使用『內食法』之人，是把一切熱力都向一個目的點進行，故他對於熱力絲毫不會亂用，並且用得最有效果（現時印度不合作家甘地最能用這內食法有時絕食至廿一日。）

總之，由『內食法』第一第二步驟上去進行，最能得到食物變爲最大儲力的效

果。由第三層的『內食法』：一面，得到儲力最善的保存，一面，又得到儲力最好的使用。故『內食法』是美的食法的真髓，是養生的最好方法，是把物質創造為精神上的最好技術。他是最經濟的，因為他少食或全不用食而能飽。他是能衛生的，因為他不會被食物所侵害。此外，他對於食物上得到其最適用，並且得到其最興趣。這個『內食法』是作者自己發明而試驗過得其大成績，所以敢公諸世以望他人仿行而同沾其利益。（其詳細方法當待人生與藝術一書上去討論）

美的衣服與美的飲食既在上二段說明了。我們現應論及美的居住，以完成人們衣食住的整個生活上的大作用。

（三）居住（附道路）

我國北方的土房及南方廟祠式的住屋，都是不衛生與不適用的。到了現在居然有許多摹仿歐美鄉間火車站式洋樓的建築，雖比舊式的較為衛生與適用。但終極缺乏美趣的觀念。我以為造屋要全合於經濟，衛生，合用，與美趣的四個意義，應當

先知道者有三事：

(1) 房屋當分別爲公用與私用二種。公用的如辦事房，工廠，商場等，僅求做事上的便利，當以經濟與適用爲目的。例如在商業繁盛及地價昂貴的紐約及芝加哥二地方，其屋高有至數十層者。這樣建築物，宏美處雖然有餘，而優美上則極不足。私居住屋當然無須如此的『孤高』，但求得優美與有迴翔的餘地，即算爲一種勝居了。

(2) 私居住屋當在郊外，最好是於山中或水邊尋位置。山間與水旁的地價極便宜，且富有自然的景致。旁如空氣日光的衛生與安靜獨得的幸福，皆非城居者所能望及。

(3) 住屋的分配當求各合於適用。住房，客廳，食堂，廚房，浴室，以及大小便所與夫家畜居棲等地方當使各得其所。不可如我國大小便桶放在床頭，豬狗鷄鴨睡於棹下的那樣悶煞人。

於上三端外，又須再加高深的講究者則爲建築法，屋內外的設備，及『外居法』三種。今分列之如下：

(a)先從建築法的大綱上說一說。大凡私居的屋式務求委婉有致，不可過於呆板。長方形的鄉間火車站式洋樓，及四方形的北方房屋都是不足取法的。最好是參酌歐美鄉居式的顯明（看後附圖二的(1)(2)(3)形）與東方田家式的暗藏。（後附圖二的(4)形）而成爲『第三者的住屋』。這個『第三者的屋式』大略是高低起伏，有明有暗；方圓曲折，也齊也差。至於「神而明之存乎其人」：有錢者高樓層閣，窗牖門戶各具一格。無錢者竹籬茅舍，瓜棚豆架別出心裁。總之，以美趣爲目的，以經濟爲依歸，以適用與衛生爲標準，無論在何地方用何格式，都能得到一種美屋的結果。

(b)可是，屋不過一個空架子，尙須要有點綴。假使屋內外無相當的排設，則雖單有美麗的建築式，終不能把他真價值表示出來。故於屋外的周圍，有錢者須配以圍園，貧窮之家也須多栽菓樹爲陪襯。我在上已說及利用屋內外的隙地以種菓樹，

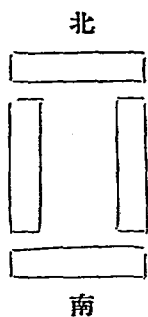
由此可以得到水菓的利益與樹木的衛生及美趣了。此外，蒼松，弱柳，名花，佳卉，也當着意栽培。樹宿飛禽，花引蝴蝶，實一極有趣味的事情。論及屋內的設備更當講求。冬天溫度當善保存，使室中常具暖日的和煦，夏時涼氣竭力吸收，庶屋內長有薰風的愉快。至於一切家具縱不能求全責備，也當使其有條不紊，簡潔不俗。另有一件當留意者為睡床。睡眠佔了我人生活上大部分的時間，且為保存身內儲力最緊要的一事。夜睡不好，日間疲困，做事無興神，並且為各種疾病的引導線。可憐我國人對於床褥素不講求：黑漆漆的被褥生滿了無數的臭虫與跳蚤，夏時更加以毒蚊惡蠅的猖獗。除非一個神經麻木之人，在這情景終不能睡，縱睡得着，也被蠅蟻蚊蚋飽食一場。一人日間所得的營養料，乃竟為這些物的食糧，這樣何等冤枉，而我人白流了許多無謂的血，僅得着了蚊蚤的毒害微生物傳入身內的報酬，這樣更是冤枉！故現在刻不容緩地當大加注意於床褥之改良。其事至為簡單，約略述之如下。睡床要求適用，稍為寬長較善。褥能用洋式的更好。

即褥墊用棉或草氈之類為內件，以布為外包。

其廣狹當依床的面積爲度。被以軟爲佳。褥墊上面，被的裏面，各用一塊白布包裹，一同壓伏於床沿下。如此，則冷氣不能侵入被內，而白布時加洗滌，自然免有陳氣的臭味。若能每日把枕頭，被，褥，床，或蚊帳等整理一次，夜間定可得到夢境的清甜，日間自有愉快的動作。這樣床褥的費用甚少，而我人由此得到的利益則甚大。

(c) 我今更進而論『外居法』。這個名目驟然看去好似與上頭所說的『內食法』同樣有心取奇，故意對偶。實則此間大有道理，不能不稍爲論列來。常人入了住屋即等於豬入牢籠上冊一樣，到屋裏就天昏地黑，完全與外界絕交了。我今所說的『外居法』即是以天地爲廬，萬物爲友，『日月爲扇牖，八荒爲庭衢』的意思。使人居在屋中無異住在自然界的中間。但這個怎樣可能呢？其法第一當使屋宇軒敞以多得空氣，並要南向，以多得日光。例如把北京東西南北四朝向式的房間改爲向南的『北房化』，即是把下式

南向的半圓式。其餘窗牖門戶的構造，也以得到充滿的空氣與日光為目的。現在英國屋宅建築師極為注意如何得到充分日光的方法。因為日光不但是最好的消毒物，並且屋內充滿日光，即無異於在屋內得了野外生活一樣，這個是『外居』法的一個辦法。其第二個辦法，在使屋中與外象及夜景時相接觸。其屋簷下當建以廣大的走廊，屋頂築以平坦的露台。夏時，日則休息於廣廊之中，夜則睡臥於露台之上。耳聞萬籟齊鳴。眼見衆象羅列。枕上虫聲唧唧即是催眠的音樂。月色晶瑩，晨光稀微，即為張眼所見的圖畫。若在冬天，擁火圍爐，尚有可親愛的日光來相慰藉。於



改爲北
這個北



身體則免爲風雪所侵凌，而精神上且與自然相交接。總覺得我不是一人零丁住在屋內，屋不是孤獨放在自然之外。人與屋與自然相合而爲一，時時刻刻彼此無不聲息相通。快樂哉『外居法』也！慣居無空氣無日光的人類乎！你們何不採用這個『外居法』的住居？他有無窮的日光使身體不衣而能暖！他有無限的空氣，使肚腹不食而能飽！（參看上節內食法）他能使你們居一屋中如居在一天地之大！美麗哉『外居法』也！住慣了醜陋與臭味的中國式的房主人啊！你們何不採用這個新法，使身體免爲蟲蠹所咬害，而精神上免如豬狗入牢穴時之無聊？住這樣的新屋，你掀鼻時有花香氣香，你張眼時有日光星光。你終是穴居慣的蚯蚓麼？你怕見日光麼？你不喜歡空氣麼？你是人，你來試試，你纔知人的生活的快樂！

在這衣食住之後我們應當附及二事：（一）爲墳墓，（二）爲道路。

說到墳墓一層上，我國人最該死處是把湫隘的住宅安置生人，反把極闊綽的風

景讓諸枯骨。到如今滿地充斥了一堆一堆的墳墓，山野變爲叢塚，田園夷爲荒邱。現爲經濟計，爲美觀計，應當採用公墳制。凡葬過三十年後就把骨頭遷入一個地窟。公墳的處所當求其最美麗，使人入其中者有『我將老於是焉』的興嘆。而孝子賢孫對於祖宗既有三十年這樣好地方的憑弔，也就可以慰藉了。這樣公墳制當然勝於北方蠶堆式與南方龜籠形的零星孤墳制萬萬。

其二爲道路的問題關係我人的生活更爲鉅大。外人目我國爲『無路國』。實則，我國人豈全無道路的需要，不過所有的路不適用與醜惡罷了。且我國的道路不講求清理，以致蠅蚊滋生，於居民的衛生甚有妨礙。故現在改良道路的目的不但在求其適用，而且求其衛生，並且再進而求其美觀。美的道路應分爲公路私路二項。每條公路，由五條線所合成。路的中間線滿栽花木，其旁有長板椅爲行人休息之用。附近這中間線兩旁的二條線爲行人用，再外兩旁的二條線爲行車用。凡各線的兩邊皆須種樹。其私路的面積，雖免如公路的寬闊，但精美處則當超過。我人對他應

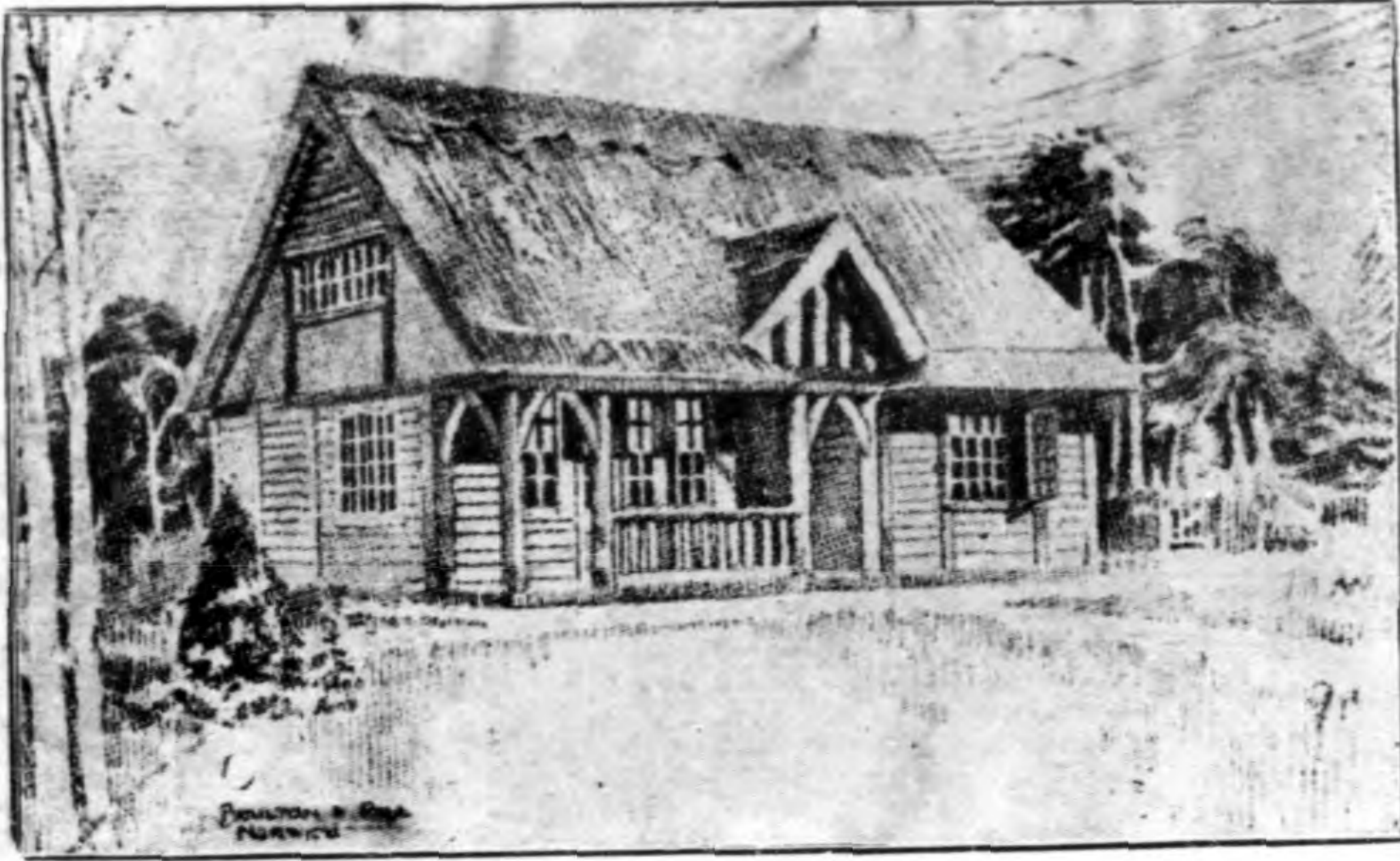
以青草爲毯，金沙爲氈，環以花籬，竈以樹蓋，務使道路好似屋的走廊遊道一樣。道路美麗，屋宇也美麗。道路清潔衛生，屋宇也清潔衛生。至於因道路的整理，使交通便利，行動省力，於社會的經濟，與人身的儲力，更有無窮的利益。由這點看，也可見出美即經濟，美即衛生，美即適用了。

以上三段對於衣食住的緊要處已經應有儘有論及了。總而言之，人類生活不能離衣食住。而衣食住的作用，不但是延長我們的生命而已，他的緊要處乃在使我們生命怎樣得到最好的儲力，以爲後來最適當的發展與擴張。故我們對於衣食住一面在求如何用至少的力量與金錢，面能得到最大的衛生，最多的適用，與最高的興趣。別一方面，又在研究衣食住與身體和精神的關係，如何能得儲力上最大的效能與極完滿的發展和擴張的作用。所謂「用力少而收效大」的大綱，乃是我們美的生活上根本的大綱。明白這個大綱的使用，自能得到衣食住的真諦，同時也能得到別

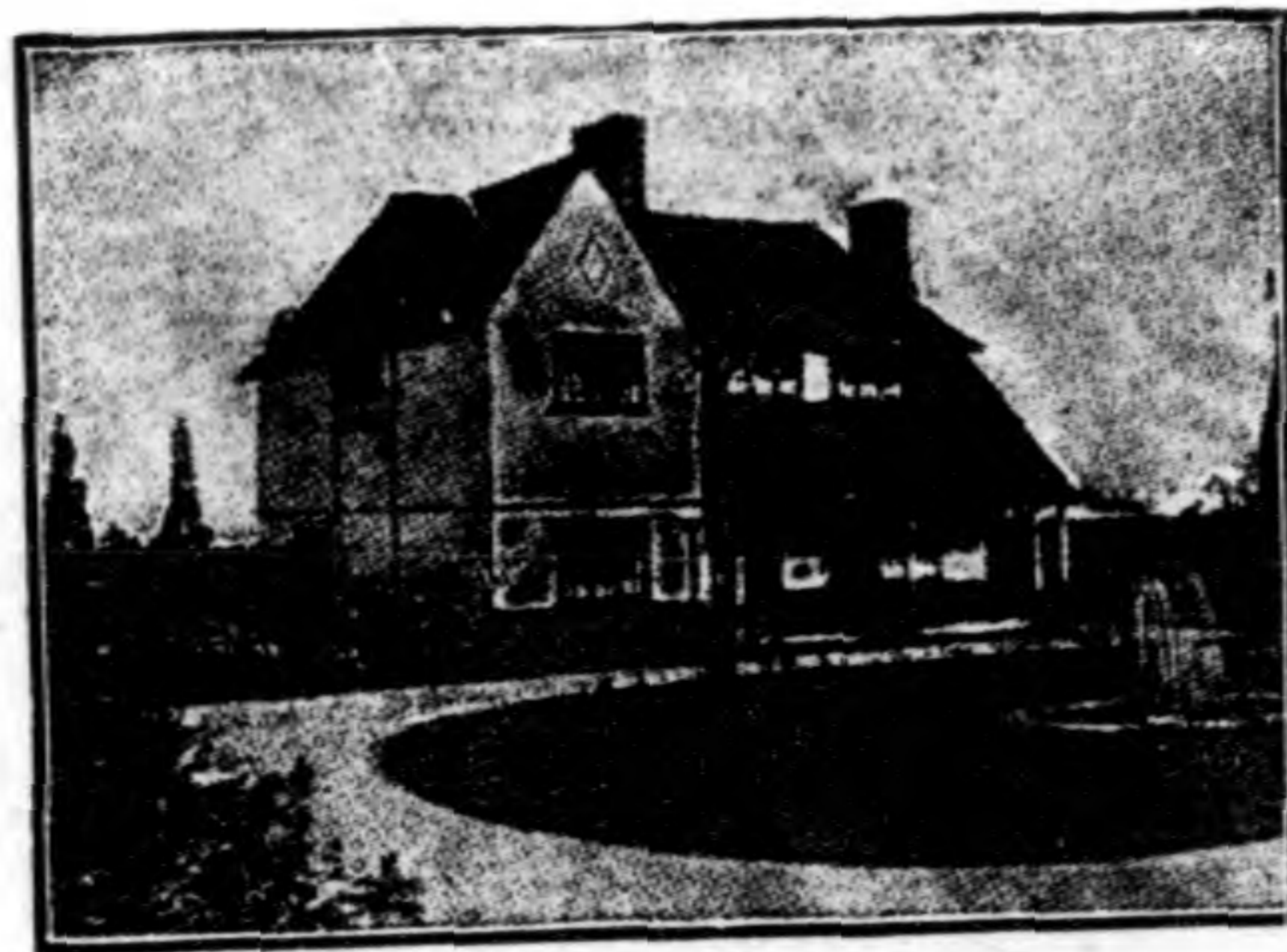
種問題的解決。

(2) 圖 附

(1)

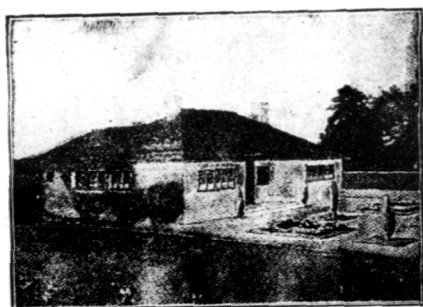


(2)



(2) 圖 附

(3)



(4)



第二節

美的體育

美身體的養成有四法：(1)由於先天，(2)由於鍛鍊，(3)由於內體運動法，(4)由於衣食住。我們在上節已把衣食住與身體的關係上說明好些了。本節所要論列的爲先天，與鍛鍊，及內體運動法。

先天遺傳的學說極其繁雜莫衷一是。我將於行爲論採用狀態主義？一書上詳細論及。現就其大綱說，我對於遺傳的新解釋是：遺傳僅在形體而不在其精神，僅在其行爲的傾向而不在其思想的前定。見一孕婦，大概可以預知其將來必生一個人形的小孩。究竟所生的小孩能否與他的父母同一容貌，已極難說。至於孩兒的才能德性能否肖其父母，竟是毫無把握。賢父母生賢小兒，這個例外，與人類偶然生了龜蛇形的胎物同爲一樣希奇的例外。明白這層就知從前優種學的希望能夠創造聰明與好品行的胎兒爲過分了。我以爲聰明與德性乃是後天教育的功效。優種學之所能

爲者充其量僅有把胎兒造成一個強壯美麗的身體。以爲將來可以有造就聰明與德性的機會而已。

故我現在所主張的『新的優種學』乃實實在在地單從胎兒的身體上做起。所謂『新的胎教』即使孕婦常有充分精良的食物，衣服寬便溫暖，身體潔淨，運動合度，精神上常有極端的滿足與快樂就是。至於孕婦德性上的問題並非緊要。胎兒在子宮內所求的不過是母身中的營養料與母體的健康。母親性情如何與胎兒並無直接的關係。因爲德性的影響於兒童是後天的間接的，物質的影響於胎兒是先天的直接的。

怎麼說物質的影響於胎兒是先天的直接的呢？據人種學家所調查的結果：凡缺乏營養料的產母，所生兒童多成猴形；尖頭細腦，顴骨高聳，唇頰突出，鼻扁耳歪，眼眶平露。總之，面部上各孔竅堆做一團，彼此不見明晰的界線。他如四肢不發達，體魄不強壯，甚且身內各機關構造不好，以致百病叢生。反之，養料供給充

足上的孕婦所生孩兒多是面龐豐滿，身體肥壯。而我以爲這樣強壯的嬰孩，同時必能得到將來聰明與德性上較良好的成績。因爲凡身體好的孩兒，其性情必溫和。若身體不好的則常多號哭。故要使嬰兒好脾氣，當使他先有好身體。他所快樂與痛苦者惟有在身體一件事，身體好則一切皆好了。其身體衰弱者因生理不愉快而多號哭，必至於神經起過分的刺激，養成將來神經變態的各種疾病，而一切兇暴頑劣的性質隨此而生了。故身體好的人不僅將來有好心思，並且有好志願及好品性的傾向。惡人都是青面獠牙的。好人都是氣象亢爽的。志氣薄弱由於身體衰弱而來。剛毅正大的品格，都從強健雄壯的體魄所養成。

由上說來，要創造一人的德性與聰明，須先創造他的好身體。這個好身體的創造本極容易做到。縱在胎內如能照我前頭所說的『新的胎教』做去，胎兒的身體上，也能得到極好的成績，好似花木及家畜改良家對於所要改良的物用何方法就能收到何種效果的同樣有把握。我這個『新的優種學』乃是科學的方法可以得到實

在的成績。舊的優種學尚不免帶有玄學的神祕色彩，並無一定的效果可以希望。

母教對於兒童德性上的影響，我在上說他是後天的間接的。因為這個於兒童產生之後纔佔重要的位置。但在兒童時期，所謂德性的陶養也當附麗於體育之中。例如：嬰孩身體當常使與外界相接觸。為母親者當隨時使兒童皮膚與官骸上得到靈敏的感覺。眼怎樣分別各種光的強弱，耳怎樣辨別各種聲的高低，口與鼻如何認識滋味不同，凡這些事應當隨時去留意。並且使兒童於身體動作感觸中同時如何得到精感，知識，志願，與審美的習慣。故於兒童的飲食當使甘美適口，衣服顏色務求美麗，這些乃是養成兒童的審美性。如遇兒童要一物時，當使兒童就物，不可使物就兒童，以養成兒童的獨立性與志願。當使兒童從感覺中辨別物的距離，輕重，大小，寒熱，的不同，以養成兒童對於外物的知識。又有一事最當留意者，母親除非有疾病及特別事故外，當用自己奶頭供給孩兒的乳漿，母親的乳汁因生理上的關係終比乳媪及牛羊的乳與兒童的味道格外相宜。並且於飲乳時，母親能夠供給孩兒一

種慈愛的安慰，可以養成兒童的好情感。乳溫自然是雇傭的性質與乳孩的瘡痍不相
關。其粗暴的且以乳孩爲厭惡品，怎麼能使兒童得到好感情呢！（如自己不能親乳其子
體強健，品行溫良者充之。鄉
下好爲佳，城市的極少合選。）

總而言之，美的身體不是一個『行尸走肉』，一個無靈性的軀壳，一個無生氣
的骷髏！美的身體，乃是組合情感，知識，志願，與審美，而成的一個物件。而情
感，知識，志願，及審美，也不是獨立之物，乃是身體內部或外部的一種神經或筋
肉的表现。故美的體育在使一個身體養成爲銅筋鐵骨之中而有溫柔嬌嫩的姿態，在
使人有野獸的強勁便捷而無其兇暴獷悍，在使其有文明人的溫文秀雅而無其委靡頹
喪的氣象。這樣美的體育，當兒童時期即當培成其基礎。到少年及壯年至老年尤當
繼續發展以達於完善的地位。這個美的體育當以鍛鍊的教育爲主點。鍛鍊的程度其
輕重，簡繁，容易與艱難，在小孩子時期與成年時期雖各不相同，但根本上與目的
上則并無差異，故最好是自小孩到成年從易至難做有次序與相銜接的鍛鍊。

在身體鍛鍊上，有二事極緊要，應當先提出討論者（一）爲養成清潔的習慣，

（一）爲裸體的提倡。

清潔爲一切美德的根源。衣食住固當清潔，身體上更要清潔，勤加沐浴，奮勤愈能得到美的身體。洗澡或擦身，最能使血液流動，熱氣增高，不但身體舒暢，皮膚光潤，並且能使精神爽快，氣象勃發。游泳的練習爲運動中最好方法之一。他能使周身平勻的動作，與身體及呼吸得到極適度的發展。同時，他能使身體得到最清潔的利益與識水性的實用。我極希望一城或一校中有一個極廣大的游泳池。人入其中好似到海邊河上一樣，水有溫的，冷的，深的，淺的。男女老少共同游泳，其用水量比各家各人分開的合起來當然儉省極多。而因其浴有興趣，人必喜歡常去游泳，其價錢因人多也必極便宜。（刷牙齒，擦指甲，也當留意行之，牙齒疏練不但最用口說能使入討厭，而牙齦乃一極痛苦的事情往往牽及神經的關係。指甲短而乾淨，可免甲病，並且得到手的美麗。）

論及裸體的提倡更不容緩。他是養成美的體育最估重要的事情。人生本來是赤

裸裸的，我前在衣服一項上說及衣服不是爲禮教用，乃是爲禦寒及美麗而穿的。可惜現在的社會更把衣服爲『防閑品』而以裸體爲羞恥事了。以致有許多人的身體爲衣服所束縛不能發展，其姿勢更爲衣服所改變以成極醜惡的狀態。例如駝背，鷄胸，縮龜頭，及鴨脚步的種種怪象多與衣服有些相關連。故現在要求身體的美麗，當從裸體講究上入手。

我在下(附圖三)列出四種裸體形爲模範。(1)在曠野中作裸體的練習。若與穿衣服做體操者相比較，裸體的何等便捷輕爽，穿衣的何等笨重拖累。(2)爲海中游泳。美麗的身材與峻峭的石巖及藍碧的海水互相輝映，任憑海鷗也無這樣的飄致可愛。(3)種爲一男一女在平原中並肩遊行。人生行樂正當如此。赤條條來去無牽掛。彼此男女拿出真心肝相對待這纔是真正的愛情！在第(4)種上乃一羣裸體的男女兒童環繞而戲。兒童由此得到身體直接和外界相接觸與周身均勻的發展。又可使男女彼此從少時習慣看見兩性生殖器不過是身體上一種極平常的物件。他們長大了，男女相

與，當然不以生殖器爲意，而以愛情爲重了。若在禮教及文明的地方，把生殖器緊緊的包藏看做無上的寶貝，難怪男女的結合，不過認作一種生殖器的交換品了。難怪男想女，女想男，底裏上僅是想着對方的寶貝而已！故最道德的教育，莫如使男女從少時就司空見慣了兩性的生殖器，所謂少見即奇，見慣不怪，而最不道德者莫如自少穿衣服慣的人，一見了異性就想入非非，以爲戀愛的神祕，即是在得到對方生殖器的作用！

在我們這樣的社會，裸體練習自然不能公開。惟有於夜間月下或曠野無人之地自己或一家人或合同志者行之。若在自己房屋更當時時養成裸體操練的好習慣。又有一事應當附及者，若睡床能依我們上頭所說的做法（參看四六與四七頁）則夜間睡時不必穿睡衣。裸體而睡，身體愉快，且儉省衣服費。北方人的生活無一事好，惟裸睡事是一件大發明。

在日間閒居時，如須穿衣，也當穿極寬博者，好似無穿衣一樣。如須穿鞋，也

當穿極鬆放者（如下附圖三）（如第5）形）好似無穿鞋一樣。女子剪髮者固不必說，如長髮者平時聞居也當髮散披於背上，好似頭上無髮的拖累一樣。

（女子頭髮剪否，當隨各人的意志去解決，誰也不能下這的。但剪與否，須要整理得清潔與具有美感者為佳。男子頭髮當剪成平頭式，不可有長髮垂肩那樣腐敗狀）

總之，裸體練習的效果，不但使身體美，並且使身體與自然上有直接接觸的機會，由此可以養成官骸上極靈敏的感覺與對付外界事物上有切實的見識。現時所謂野蠻人者別無好處，惟有他們的裸體。他們的衣食住極缺乏與不衛生，但他們的身體則極好，乃因他們裸體鍛鍊的緣故。他們無教育而極乖巧，也因他們赤裸裸的官骸常與自然相接觸，遂能『灼知外情』所以對付環境免至失敗。若我們叫做文明人者，衣食住與教育的供給既極完善，若加以裸體的練習，其身體必加美麗，情感必加發展，見識必當格外切實與完全。故我極希望社會及學校對於這個裸體教育上當有充分的設備與鼓勵，而個人上也當認真地去實行。

如上所說，一切鍛鍊當以清潔為依歸，以裸體為作用了。此外尤當以知識為標。

準，而以美趣爲目的。所謂操練，拳術與武技，野外運動，旅行，遊戲，等項當以上頭這四個意義做根據，然後操練的免如學校式的枯燥無味，軍隊式的嚴酷寡歡。武技的免如拳術式的『不科學』。野外運動的免如鹵莽滅裂的弊害。旅行的不至亂撞無目的。遊戲的可免頹喪無聊和種種胡鬧了。苟操練得其法則不但身體上得了無窮的利益，而精神上也有無限的樂趣。例如兵式體操雖可以養成端莊的體格，柔軟體操可以得到活潑的動作，但這些操練，好中尙有不足。此外更當助之以拳術與武技。拳術改良後，使不失於局部的發展，就有靈巧的效用了。其武技，當學如公孫大娘的舞劍器『燿如羿射九日落，矯如羣帝騰龍翔，來如雷霆收震怒，罷如江海凝青光，』那樣絕妙的技術纔有興趣呢。由是再進而爲野外運動：打球，賽艇，競步，升樹，各有專長。騎馬馳騁，顧盼自雄，更是樂事。他如駕駛空艇，翱翔於雲霓之上，俯視塵寰目無餘子，豈不是大丈夫之所爲麼？至論旅行原與冒險有同一的作用，山嶽探幽，湖海尋勝，大地是我的試驗場，許多發明都從此出。說及遊戲一

道，苟於林下或公園中之，表情言愛，對舞互歌，天然場中天然劇，好一個陸地神仙的生活！

照上說來，由美的體育的訓練，可以得到職業（如飛空家等）可以得到科學（如旅行家探險

家）可以得到藝術（如游泳、跳舞等）而他的目的是在養成身體上好似一個理想的機器。而使這個理想的機器，一面善於吸收外邊的物力以爲身內充分的儲力；一面，使這個儲力在這個理想的機器中得到「用力少而收效大」的作用。我在上已把衣食住，先天的養成，及各種身體鍛鍊法與美體的關係上略爲說及了。但尙有一個「內體運動法」於美的體育上關係極大，於養成這個用力少而收效大的理想機器的關係更大，今爲說明於後：

（內體運動法）在使身內的機關，怎樣能得到適當的運動，以免發生疾病而致儲力於白費空耗。世人所習用的「靜坐法」及「冥想法」，所謂「運動內氣」，談者極其神祕，而究之極少效用，我現在所說的「內體運動法」，乃是根據科學的道理，

與心理學的應用，毫無憑空捏造的荒唐，而有確切實在的功能。今爲先舉其普通的方法如下：(1)深呼吸法，於清潔的地方行之，能使肺臟部運動，可以療治肺病。(2)

按摩術，善用其法能使身內關節痛快，血脈流通。(參看東西按 按摩等書)(3)大便每日有一定

的時候，使腸上有一個規則的動作以免便秘的疾。(最切要不可對人放屁。便通能減少屁氣。如遇有屁時，應壓壓暗處自己

放)(4)穿衣服時，當使足溫，臀冷，腰背暖，頭寒，又當時時洗頭和臉，使身內熱

力從腦的方向上流行發洩，以免腦病而且能得到清晰的思想。這四件事雖屬平常而關係於內部的運動則甚大。此外，再舉其比較上更爲重要者約得四端如後：

(甲)笑的作用。人生最難得者是快樂，而笑是一切快樂的根源。可是，笑有許多種，如小人笑，市儈笑，奸險笑，兒女笑，英雄笑等。小人與市儈的笑，笑得無趣味。奸險人的笑，又笑得太苦惱，這些皆是無可取的價值。至於兒女笑即孩兒與美女的笑法，所謂『巧笑倩兮』，所謂嫣然一笑值千金。這樣妙笑，能使笑着肺腑清爽，精神暢快。他擅長處在以柔媚取勝。若英雄的笑法乃以剛毅得名，他能笑

得闌堂，笑得痛快，笑得淋漓盡致，笑得捧腹搗腸。這樣捧腹搗腸而笑的笑法，極有益於腹及腸的衛生。他能助腹與腸起消化的效用而得到食的興趣，他能消散人們的煩悶而得到安慰的樂境，故我人每日應當實行幾回英雄笑，以養成英邁豪爽的氣概。

兒女笑與英雄笑的養成，有由於生理與心理二種方法之不同，從生理上着手的，如他人於自己膈肢窩內或兩脇上亂搗，時能得到笑的發生。要使兒童發笑，除採用上法外，或於嘴邊用指輕抹，或以笑面對之玩耍，都能得到兒童笑臉的相報。至於心理的作用，則當看笑書（如笑林廣記等）談笑話，看笑事，親笑人。我想發起一個『笑會』聚集許多喜歡笑，曉得笑的人，搜集笑的材料，研究笑的道理，製造笑的事實，做一種『笑的科學』或『科學的笑』的運動。其利益處當比現在什麼用科學法整理國故，及什麼徒為餽餽的那些會高幾千倍。又我想上斷頭台乃人生至苦痛的事，倘能於此時以笑來消遣，當能得到金聖嘆被滿洲皇帝誣殺時那樣的痛快！

(乙) 閨房術。這個不是如各小說上所胡謔的那樣荒唐。我們乃是從科學上研究生殖器如何得到最美妙的觸覺，與心理上如何到得交媾時的樂趣。故一方面當從生殖器衛生上做起，其法在使男女生殖器免受種種外物刺激及摩擦的妨害。例如緊窄，粗勁，骯髒的男女褲及女子月經布等，應當留意改為寬底褲，或無底褲，或全勿穿褲。(參看衣履一節)月經布應用溫軟的毛巾，時時易換，不使冷濕，若能採用藥房的『衛生棉花帶』更佳。男女生殖器的外部當常用溫水或冷水洗滌後拭乾。女子又當用『陰戶洗具』(西藥房有出售)時常用溫水洗陰內，於月經及交媾後尤當把陰內洗乾淨。

這樣洗具常如臉盤一樣普通，家家常備一副纔好。(據醫學的調查現時我國女子十人中九人，乃因生殖器不衛生，及腹部受寒冷(多因內衣裝不好)的緣故。)此外，最當禁止手淫，又房事不可過度。大約男子二十歲以下，五十五以上，女子十八歲以下，四十六以上，為『不當交媾的時期』。在壯年的男女每數日一次房事即足。男女彼此夜間能分開牀睡更好，以免時常觸起性慾的危險，這些關於生理上的條件應當留意，然後纔能得到交媾時的興趣。至於

心理上的作用，第一，男女彼此間須俱有興趣時纔可接洽。第二，當彼此俱有興趣時，各當乘與盡力發揮，與盡當即停止，既不可學假惺惺的道學派，也不可學一味貪多的登徒子！

交媾如得其法與合度，則極有益于身體與精神上的愉快。一人的神經系與感觸腺最靈敏的莫過於在生殖器的地方。生殖器運動時則身內一切官骸皆發電氣的作用：筋鬆骨軟，血液澎脹，兩頰暈紅，雙眼如醉似癡，口鼻裏發生一種至感動人的音浪，即細至一毛一髮也生了電氣在那裏顫動。這個可說是周身最精微最完全最快樂的運動呢！

(丙)神經系各個上的練習法。應使耳目口鼻及皮膚上常受不同的刺激。(不可過度與過驟)使這些神經時時起注意，則神經不至無動作而麻木。例如眼當時時辨別各種顏色，能如法國國立監廠的工人辨別顏色至數千種之多更好哪。但我們也可以在早晨及晚景上看日影，雲霓，山色，水光，的變換，而得到一切不同的色彩。耳官自然

以多聽音聲爲貴，聽樂是一個最貴的練習法，其次如鳥鳴，風吹，海嘯，泉流，也可以得到許多變換不同的聲調。又口與鼻當嗅嘗許多的香味與食味。最好於深山曠野之中，遍地領袖樹木，花，果，藤，草，菜，穀，各種味道的差異。口喉的練習比較鼻的更爲重要。人常常於山間，澤畔，海濱，湖上，練習種種的聲音，或大如波濤的呼號，或細似鶯鳴的輕巧，這些可以得到喉頭聲帶的運動，於思想的發展上實有極大的幫助。若論皮膚上接觸的練習：日光，夜氣，海水，山嵐，以及風雨霜雪，當常使赤裸裸的皮膚去受洗禮，這些五官神經系上的練習，當然應從外界的感觸入手，但當五官神經系接收這種「外覺」之後，他們由是完全地而起內部動作的功夫了。

（一切五官的衛生皆緊要，而眼尤甚，我曾考查學生中有「眼沙病」者其數佔百分之九十餘，這個病極易傳染，難怪美國取締這樣病人入口。）

（丁）神經系綜合上的練習法。由神經系的動作與記憶力的作用隨時認定一事爲主點，聚精會神去思維研究，這一個所認定的事，遂成爲一切神經系所注意的「焦點」。此爲神經系綜合上最好的活動練習法，由是而能養成爲極端的情感派，極端

的聰明派，極端的志願派，極極的審美派。其中詳細當待在本書第二章上去說明。

由這個內體運動法，合上所說的鍛鍊法，加之採用『新的優種學』在先天上已假設有一個美體的根基，後天的衣食任上又遇有了創造美體的機會，如是一齊綜合起來成爲一個至完善的『美的體育』。這樣身體的大作用，不僅在其康健長壽，不僅在其漂亮活潑，而又在其本身構造上的縝密與使用儲力上的靈巧。因其本身構造上的縝密，故他對於衣食住與外界的事物能以至精妙的方法去吸收與保存。因其使用上的靈巧，故他能使身內的儲力得到最善良的發展。好的身體與好的機器一樣，都是一種『用力少而收效大』的工具。好的機器，祇要一些熱力進去，就能生出千萬倍大的有用動力出來。好的身體，祇要一點能力在內，就能發展爲無窮量的擴張力於外。在本節上，我們所希望的就創造一個『理想的身體』好似一個『理想的機器』同樣能給人類產出了無窮盡的好出息。而且，身體所出息者爲思想與行爲，當然比機器所出息的僅是物質和貨料有萬倍大的重要。西方已有人竭力去發明『理

想的機器」了。東方人們！請快些去發明「理想的身體」吧。如能做到這層，我就輸服東方文化比西方文化高。若現在那些腐敗人，一身滿是骯髒臭氣，奄奄一息與鬼為鄰，既已不能整理自己的皮囊，還配說什麼精神的文明！

第三節

美的職業

美的科學

美的藝術

於前第一節上，我們研究美的衣食住如何能給我們人身上一種最大的儲力。於第二節乃求一個好身體如一個好機器一樣，使他一面對於衣食住能去吸收最大的儲力；別一面，又能保存其儲力以爲最好的擴張力。由是說來，儲力既有充足的準備，身體又是一個善用儲力的好機器，那麼，以後我們所當講究的全在怎樣使儲力變爲擴張力時而能得到『用力少而收效大』這個問題了。

由儲力而變爲擴張力時，概括起來可得五種的方向：(一)從職業，科學，藝術，的方面去擴張；(二)從性育及娛樂的方面去擴張；(三)從美的思想的方面去擴張；(四)從情，知，志，的方面去擴張；(五)從宇宙觀的方面去擴張。這些事當待在下頭逐層去

討論。

本節所要說的爲第一種的擴張力，即是個人對於環境第一步的發展。若計其步驟則有三：(1)職業，(2)科學，(3)藝術，而就其原理上說，則三者實合爲一，即不外是一個求生的方法。人生要得衣食住纔能生存，但要得衣食住，須用種種的方法。初民求生存的方法甚簡單，其後，因求生存的方法逐漸精巧，所以有分功的職業。由職業分功的結果，遂有科學與藝術的發生。故科學原不過是職業的結晶物，而藝術乃是職業點綴品而已，並不是於職業外尚有科學與藝術二件事呢。即在今日，職業，科學，藝術，雖然是各有獨立的位置，而實際上尙須三者組合爲一氣用，然後彼此於學理及實用上纔能得到『用力少而收效大』的結果，即是：於職業上纔能得到奇巧豐多的成績，於科學上有了博約會通的功用，於藝術上免却破碎虛無的弊病。我們在此節所主張的，即就這『三者即一，一即三者』的原理方面做工夫，自然獲得職業，科學，藝術，的意義與作用，完全和普通所說的大不相同，但由這

個新的主張做去，我們纔能得到職業，科學，藝術，均是美的真義，及「用力少而收效大」的道理。

(1) 美的職業

職業必要科學化，藝術化，然後纔能得到職業學理上的美妙，與出息的衆多。因為職業若無科學的輔助則於理論上不精明，於實用上不經濟，勢必循用腐朽的學說，致所產少而又劣，我國各種工業及農業的惡劣即足證明了。反之，凡做工者關於自己工作的學理，如能了悉無遺，則將來於本業上或有相當的改良與發明。姑就實用上說，如能用科學的方法去做工，如台羅的做工方法之類，則一人可得數人的成績而無其勞苦，這個利益已是無窮大了。其次，職業上又必要藝術來幫助，而後所出的貨物纔能美麗和奇巧。而執其業者纔不覺其苦而覺其快樂。例如：攪得科學與藝術的農人則於農業覺得爲至美的至樂的，若蠢昧的鄉愚方且以農事爲極苦了。推而論之，凡「以職業爲職業的」，則一切職業皆苦惱而且無鉅大的出息。倘「以

科學與藝術爲職業』則一切職業皆是最利益與最愉快。例如以教書爲職業，本是一個極無聊的事情。倘以教書爲求達到一種教育學與教授法爲目的，則教書一變而爲極有益與極有趣的工作了。雖執小學的教鞭，自能於其間研究學童的心理與教授的法術，由此可以發明關於兒童心理的各種學問及種種教授法了。以是而爲小學教師，無異做了世界極大的學者一樣，其樂趣自然是無窮大，其利益自然是無窮多了。由此而論工人的職業，必要以科學與藝術爲根基，而後工人纔不是一個粗夫，而工業上纔有精妙的學理與便利的實用。至於循此道以求之，學商業者，可得商學與商術，學政治者可得政治學與政治術，學軍事者可得軍事學與軍事術，以及一切的職業上皆可得其科學與藝術的道理和應用，卽如拉洋車乃一至鄙賤痛苦之事，但能從此研究洋車上的機械學，與拉車者便利的動作及愉快的心理，則雖車夫的職業有時且樂之不倦了。他如廚房業成衣店等，關係我人的生存甚大，而操其業者都是不學無術的人，這些皆值得去注意改良的。總之，如以職業爲職業，則學商的必定

爲市僧，學政治者必是一個官僚，學軍人者必是一個武棍。若以科學與藝術爲職業，則車夫，廚子，成衣匠，皆可望得一個極大的發明，他們在社會上的功勳，當然非市僧，官僚，及武棍，所能及。

本來一切職業都是平等的。但因人格的關係與職業的科學化藝術化程度上大小不相同，故職業中有些是醜惡的，如妓女，相公，賣卜，相命，巫祝及風水先生等是。有些職業是可美可醜的，如政治及軍旅等事。但美的職業中以農業爲上選。他是最科學而又是最藝術。農業是最科學的：大地是他的試驗場，四時是他的天文台。地質的變更，肥料的應用，在在與物理學及化學各種知識有互相關連。五穀，草，木，花，菓，的生長，與夫蝗虫的驅除，蠶種的繁殖，這些都是動植物學的根本材料。他又是最藝術的：百花的栽培，五穀的調護，樹林的養成，家畜的改良，以及農物的製造等等皆是出於其手腕與心思。並且，農人的生活最適宜於用科學與藝術去創造。例如農村好組織，有城市的利益，而無其弊害，且最能得到合作與博

愛的精神，及最美趣最衛生的生活。田家之樂樂何如？但見野間風景，四時變換，萬象爭新，稻肥梁瘦，草青花香，空氣清鮮，日光蕩漾，這些景况既極美麗又極衛生。『到田間去』，此間有白雲爲伴，青鳥爲侶，天然風景是你的圖畫，雨露是你的瓊液玉漿。你不怕有惡社會來引誘，社會是由你創造的。你不怕有不好人來踐踏，農人都是天真爛漫的。我國現時農的社會尙在混沌的世界，不識不知的農民，尙是未經開墾的本質，只要你肯吃一點勞苦，做一個起始人，你就能創造一個最完滿的新世界了。『到田間去』，比到工界去，到學界去，到政治去，到軍旅去，於創造與改革的功夫，用力極少，而收效則極大。用相當的毅力，到農民上去改造，終比在工人上，學生上，官僚上，兵士上，得了好成績較易千萬倍。『到田間去』，你就是『鄉間王』。爲農民上盡力，你就是他們的朋友，兄弟，與師長。『到田間去』，組織農村，改良農業，提倡農人的教育，增高鄉間的經濟；農業是最美的生涯，千萬不可放棄。『到田間去』這是『用力少而收效大』的職業，若你到惡社會

中混合，傾略那高等流氓的痛苦生活後，纔認我所說的有大道理，那時未免嫌於太遲了。

除卻小孩與老年外，壯年人都當有一種職業以養生。但男女的身體既強弱不同，性情的嗜好也異，故職業上自不能一律，似有分別之必要。大概男的長於勞苦一方面，女的則偏於忍耐。時裝衣服店，廚房業，賣花與首飾莊，看護婦，小學教師等職業，當以女子為相宜。交通上及工廠上的工作，以及一切勞苦的功夫，則以男子為擅勝。至於科學的研究，藝術的養成，以及社會與政治上的各種生活，則因各人的性質與能力而決定，原無男女上區別的可能。一地方上如能組織一個『職業測驗』的機關，指示各人之所長去任事，則社會上必收極大的成績。各人上關於職業的選擇，也當有一科學的試驗法，以知自己確實是擅長於何事，然後免至白費功夫於無何有之鄉，這些都是求其達到於『用力少而收效大』的方法。

(2) 美的科學

科學乃由於零星的經驗聚合起來經過一個系統的整理而成。許多『零星的經驗』，即是職業所給與的材料，就其『系統的整理』說，則須要採用藝術的方法。故科學乃是職業與藝術所組合而生的嬰兒，所以科學必要職業化，藝術化，然後科學的理論上纔精密，而實用上纔宏大。有職業做實地的試驗，而後科學纔能一步一步的進於高深。例如有量地測天的實用而有數學，有農業而後有農學，有航海業而後有航海學之類。別一方面，科學若不現實為職業用，則僅於學理上做虛空的敷衍，不但學理上不能達到精微的境域，而且於進行上無切實的地步可為根據，必至中途阻止，連極粗淺的學理也不能達到。我國火藥的發明僅為做各種玩耍的花炮用，所以火藥的學理不明，而火藥的為用也不大。推而論及羅盤針，其發明雖始於我國，也因無遠大的航海業去促進，所以羅盤針的學理極幼稚，而為用也極薄弱。其在西人則不然，因戰爭的需要，逐漸把火藥的學理研究得極精微，每一次戰爭，就有一次對於火藥增加許多的學理。其戰爭愈利害兇烈，其火藥的學理愈高明，其

火藥的實用也愈鉅大。(我在西德就學理及實用上說，至於火藥用盤花炮的玩耍) 至如羅盤針也

(比他用做砲人的大炮，雖好睡，我現在不必去管及。)

是因西人航行遠海的需要，陸續改良以至今日，於學理及實用上纔均達到極高的程度。故凡一件科學，愈成爲職業的實用，則其學理必愈明。其實用的需求愈殷，其學理的發明必愈大。其學理的發明愈大，其實用的效力也必愈高。職業與科學，實用與學理，如聲之與響，形之與影，彼此不能相離的。若論科學與藝術的關係也是如此。科學一經藝術化之後，科學的學理愈精良，其實用上也愈普遍。就近來新發明的『相對論』說，即是科學藝術化的一種效果。淺顯說來，如我在火車站時，當火車行，顯然我看車是動，而車站是靜的，但在車內的人，則說火車站是動，而車是靜的。據相對論說，彼此均有道理，各因個人所住的環境不同，就看環境的現象動靜不一。以觀察者，與所觀察的環境，併爲一起以解決一切的物理，這個豈不是科學已成了藝術化麼？(相對論的方法是主觀與客觀合一，與從前的科學純粹用客觀方法大不相同。)再進一層說，凡研究科學者以藝術爲根據，則其心思必靈巧，其理想必提高，其發明必精微，妙眼一覷，靈心

一現，就能於極紛紜的事物中發明了一些極簡單的定理。所謂『用力少而收效大』，惟具有藝術的科學家纔能當之無愧色。昔牛頓見一蘋果墜地，而悟吸力的定律，加里肋啊見懸燈搖擺，而得動力的定則，凡觀其微而知著，例小以推大，都是藝術化的科學家之所長。又一切科學的成立不能無觀察與試驗，但觀察與試驗在在須要藝術的手腕與心思。至於科學深微的道理，更要由藝術的方法去考求纔能得到。故科學到高深處，原與藝術無分別，科學與藝術本是通家，科學必要藝術化，然後科學纔是真科學，這樣科學然後纔具有至美的理想，與含有極大的實用。

科學的種類散則爲七八百門，合之尙有六大類：(1)數學，(2)天文；(3)物理；(4)化學，(5)生物學，(6)社會學，但各種科學中，以數學爲最美麗與最有用，他是最美麗的，因他最是藝術化。他是最有用的，因他最是職業化。凡一切科學都要以數學爲根基，其含數理念象多與愈高深者，其科學的學理必愈精明，其實用上必愈宏大，其科學愈『數理化』，其科學的程度愈高，高到有時簡直不能去辨別他是科學或

藝術。細微的電子，廣大的世界，苟推到他們的無窮小與無窮大到極端的地方，我人必到一個時候不能用科學的道理去思維，僅能用藝術的態度去領略。故數理不但他本身最是藝術化，即與他相關係的各種科學，也由他的提高而變成爲藝術化。

數理既是最藝術化的學問，自然他爲最有趣味的科學。可惜因教授法不好，致使人習數理者視爲畏途。現嘗採用藝術的教授法，例如，教兒童的數理，什麼都用不着，僅以兩手上的十指爲十個基本的數目，使兒童知一切數目所由來皆不出這十個數目的變幻。而加減乘除，與分數，比例，以及一切的高等數理，都可從這十指的數目推引與演繹出來。若能善譬妙喻，由這十指上可以了解那無窮大和無窮小的原理，與吸方律及相對論的精微。這樣教法能使學者覺得極簡易，極興趣，又可以得到推演及邏輯的妙用。待到成年就可逐層求深。至於後來就能把數學，邏輯，哲學，三個學問併爲一途了。

別一方面，數學之所以美，因爲他是最能達到「用力少而收效大」的實用。就

粗淺說，凡一切聲聲，色色，事事，物物，都可計畫於指掌之中，推用於萬里之外，雖極廣大的工程，僅用片紙的預算，即細至一磚一石也已纖悉而無遺。就深微說，則音樂譜調，跳舞節奏，以至天籟和諧的精微，宇宙流行的妙趣，都可用極簡易的數理去領略，去利用。數學有科學的切實而無藝術的虛空，他有藝術的深妙，而無科學的呆板。故數學不但是學科學者的基本學問，並且為習藝術者的緊要元素。現在有許多自名文學家，藝術家，胡裏胡塗，滿紙烏煙瘴氣，毫無深入的思想，即犯根本上不懂數學的毛病。

(3) 美的藝術

藝術與科學是二物而實是一事，乃是人類對於發展上求得一個「用力少而收效大」的擴張力的一種方法。即是在求一個有定則的學理，與一個最精緻的手續，以期於最經濟中而得最大的出息。其不同處，科學方法是從紛紜複雜的現象中而求出一個系統。以後遂由這個系統的定則去統治一切在這個系統的事物，故其事極省而

功用極大。至於藝術上，乃由一己先求得到一個極簡單的標準，（主觀的定則的）而後由這個標準，演成一個整個而極繁雜的系統，故其事也極省而功用也極大。

凡藝術必要職業化科學化，然後藝術不失於空無與杜撰。藝術而職業化，雖是『匠人的藝術』，但極有裨益於生活。我人研究藝術的目的爲何？不過在使我人生活上成爲藝術的，美麗的生活而已。職業化的藝術就是『人生的藝術』。自衣食住至一切的物品器具，以至一切的消遣，皆是藝術化，這樣生活何等快樂，何等美麗。其次，藝術也要科學化，然後藝術於學理上纔有準繩，而實用上纔能普及。有影相學的發明，而後圖畫術的範圍愈廣，有留聲機的成立，而後音樂的爲用更大。『以藝術爲藝術』好則好矣，惜終不免於太過虛玄飄渺的弊病，若『以科學爲藝術』則藝術的色彩——因有科學爲根據——倍加準確，其意義倍加濃厚，其感人處倍加深微。因爲他是『人的藝術』所以人能夠懂得他。故我敢說『以藝術爲藝術』最好的也不過爲文人雅士的消遣物，終不如『以科學爲藝術』較有精緻的功夫，更不如『以職

藝與科學爲藝術』，尤較爲有人氣的作品！（現在有許多自名爲藝術家，於極粗淺的科學常識尙且不知，無怪做起詩來是打油詩，繪起畫來是粉筆畫。藝術兒來譯的成癡，我輩可以逆料其必更生出了許多不通的詩子詩孫。）

藝術可分爲『人生藝術』與『純粹藝術』二種。凡一切人類的生活，如各種工作，說話，做事，交媾，打架，等等皆是一種藝術。若看人生觀是美的，則一切關於人生的事情皆是一種藝術化了。現僅從藝術的狹義說，卽是『純粹藝術』，約分爲六項如下：（一）音樂，（二）建築，（三）詩歌，（四）彫刻，（五）圖畫，（六）跳舞。就實用上說，建築爲最重要。其感人深處則莫如詩歌。而語其傳神的巧妙又莫如彫刻與圖畫。至於跳舞，乃合動的音樂詩歌，靜的圖畫彫刻爲一門，似應列爲藝術的上品。實則以上所說的五項藝術雖各有專美，而終不如音樂的美麗。音樂是藝術中的最美者，他比詩歌更能打入人深微的心靈。他不僅如跳舞能顫動人的身體，並且能激起人的精神。他不但似建築祇能建築數十層的高屋，而且能建築宇宙的大觀。他的音中有圖畫，譜中有彫刻，譜中有一切變幻不測的風景，離奇無常的情懷。他能摹仿鳥鳴，

感。流泉冷冷，波濤澎湃。他是最科學化的藝術。因他是含數理的最深微者，僅靠其音浪的長短急緩，而使人不知不覺地領略於心弦之中，竟把自己遺却於形骸之外。他又是最職業化者，（即最實用）人人皆知移風易俗。莫善於樂，變更性情，陶冶德性，也莫善於樂的這些大作用了。故樂是一種用力最少而收效最大的藝術。

以上三段，乃從職業，科學，藝術，三項的組合上去研究，而我以爲必要如此，然後職業，科學，藝術，於理想上纔是美的，於實用上，纔是「用力少而收效大」的。必三者合一或互相關連：然後學職業者不是一個不學無術的工人，方是一個工程師，並且是一個審美的工程師，他對於於所做的職業乃依科學的定則與藝術的技能，以成就他最有利益與最其美趣的工作；其習科學者，必是科學家，又是哲理的科學家，他對於一切紛紜的外象，自能得到一個有系統的定則，並且他對於百科的定則，自能得到一個極美麗的概念，而使萬殊爲一貫的作用；其習藝術者必是一個極高尚，極實用，又極理想的藝術家，他能使藝術的應用普及於社會，而又

能使藝術的理想，向上繼續去提高。

實則，職業，科學，藝術，合一之後，不但於知識發展，及物質出息，諸方面得到極大的利益，而精神的方面更能得到極大的效果。現時做職業，科學，藝術，的人，多視為一種痛苦的事業。若使這三者合一之後，則職業，科學，藝術，皆為一種美品，即是一種娛樂品，那麼，以後人們必看這三件事為極快樂的物了。例如農事在今日為極苦了，但使我們以科學與藝術的方法去經營，則田疇山野間大有我人行歌嘯傲的餘地。景况清幽的鄉間生活，又可為我們研究高深學問的處所了。故我在上說農業的生活為最美麗，因為他是最科學化與最藝術化，所以他是一種最娛樂品了。他如工學界以及，商，官，軍，各界，如能各使為科學化及藝術化，同時也各能成為娛樂的職業，不過終不如農業的完全罷了。以此推之，一切科學如能使各為職業化及藝術化，則無論何種科學，皆為我的娛樂品，而能給我人無上的愉快。但別種科學，終不如數學能夠給我人那樣多。又一切藝術如能使各為職

業化，及科學化，則無論何種藝術，皆為我人的娛樂品。但音樂一門所給我人精神上的愉快，自然更非他項藝術所能比。故我的理想，在使我人所任的職業，所習的科學，所做的藝術，皆成爲一種娛樂品。而最好不過的，乃於職業中任農，於科學上學數理，於藝術上習音樂，那麼，精神的愉快與物質的娛樂，皆能達到於極點了。待我在下節再把娛樂的道理更深細些說一說，希望對於『工作即娛樂，娛樂即工作，』的意義上更增加了許多明瞭的解釋。

第四節

美的性育

美的娛樂

我前說人類擴張力可分爲五方向。其第一類已在上節說明了。在本節上所要說的爲第二類，即性育與娛樂。因性育不過是娛樂的一種，故我併合起來做一類講。

自來學者都說娛樂是一種奢華品，其大意是：『常動物身內氣力充足時，若不發洩於外，覺得極不痛快，所以禽獸有交尾的時期，人類有婚姻的需要。即如貓狗有時逢物作戲，烏鴉朝暮圍聚噪聒有如談話，推而如人類的各項玩耍與各種藝術的發展，如彫刻，詩歌，音樂，跳舞等等，都不外是一種奢華品，究之於人生上無多大作用』。但我在此層上和向來學者所主張大不同處，乃在承認娛樂是一種至有用的擴張力，不是一種無謂的消費力；別面，又在承認娛樂乃一種有益的工作，不是一種奢華的消耗，現當稍爲說明於後。

第一，娛樂是一種至有用的擴張力，不是一種無謂的消費力。因為人於衣食住與職業等的使用如得其法，則常得到一個強健的身體，而其中有許多積存的儲力，若不用出，這個羨餘的儲力依物理學的定則，有如氣，烟，一般，必在身內亂撞混鬧；又因化學的作用，這些儲力既已無次序的亂撞混鬧，就要化成爲變性的毒質如發酵一樣的糟氣，遂使滿身起了刺激的痛苦，所以人總要把他排洩出去纔愉快。但排洩的方法自然以娛樂的方法爲最佳。因爲以娛樂的方法排洩出去，不但不覺其痛苦，而反覺得其娛樂。這個快樂，一面是消極的，即使那些胡鬧的氣力消滅於身內；一面，又是積極的，即因身中既無這樣內賊擾亂的痛苦，然後精神上纔能安身做事，所做的事纔有條理與極深的造就。自來學者都從消極方面看娛樂，所以說他是奢華品。殊不知娛樂的真義乃在積極的方面。他的作用是在引導一切的儲力不要相衝突，好好地從最便利的方向擴張去。他是一個最精良的引導人，有他，而後一切的擴張力纔能認識好的路程呢。

(看西廂記下段所說，就可見出不能達到愛情娛樂的男女那樣不會使用儲力了；(一)箇糊塗了胸中酸絲，(二)箇淹沒了臉上胭脂)

脂；一個憔悴潘郎髮有絲，一個杜草煙不似舊時，帶圍寬過了瘦腰肢，一個睡昏昏不待觀經史，一個意懸懸）
窺去拈針落，一個絲桐上弄，出離恨語，一個花牋上刪抹成斷腸詩，彈下幽情，弦上的心事，一樣是相思。）

第二，娛樂乃一種有益的工作不是一種奢華的消耗，這個怎麼說呢？諸位也嘗聽做苦工者與工頭的歌聲相唱和麼？這樣唱歌既可生膂力，又可減痛苦，和那些樵夫牧子及採茶娘在山間苦悶唱山歌時有同一的作用。故我意將來社會上的好組織及個人上的好創造，都要把一切的工作及行爲全變成爲娛樂，那時「工作即娛樂，娛樂即工作」行爲即娛樂，娛樂即行爲，「這樣的工作何等快樂！這樣的行爲何等有趣！並且以娛樂的方法去做事，覺得這件事是我心中所樂做的，自然所做的得了無窮的生氣與宏大的作用。司馬的史記，李杜的詩歌，以及古來許多美麗的藝術、神奇的宗教，皆由其人樂於把胸中的積蓄發洩出來，所以成了千古不朽的創造品。反之，凡不以娛樂的方法去發展儲力總是無多大出息的：學生爲分數上課，了頭被強迫做工，其效果與那些姐兒假意聽泰哥兒講演——底裏是看奇怪——所得的同樣淺薄！

總之，由娛樂而有精神的愉快，由精神的愉快而後精神上纔能產生浩大的功作

與美麗的成績。別面，由娛樂而得身體的痛快，由身體的痛快，而後物質上的使用纔能得到恰好的位置，與出息的豐多。故娛樂是使精神與物質的本身得到最美麗的享用，和精神及物質的出息上得到『用力少而收效大』的功能。就一面說，由娛樂而使一切儲力發展上得了一條最好的方向。就別面說，由娛樂而得了擴張力上最有出息的效果。以下我們所說『美的性育』就是第一面的意義。後頭所說『美的娛樂』乃從第二面去發揮。

(1) 美的性育

我上說性育本是娛樂的一種。但因他在娛樂中佔了特別的位置，故不能不特為提出來討論。美的性育的養成，依我意見應分為四個手續：1 兒童時期，2 成年時期，3 交媾的意義，4 『神交』的作用，現分別論之如下：

1 在兒童時期，即在情竇未開之前，男女兒童最要使常在一處娛樂，竹馬相過日，此時彼此天真爛漫，以養成一種兄弟姐妹的親愛，免至因兩性分別太嚴的結果

而至於涉入邪僻的心思。此時卽當教示他們一朵花的雌蕊雄蕊的構造與意義，使他們知道這兩個雌雄蕊便是他們兩性的機關一樣。到這些花蕊成熟時，就有了花粉，好似人到成年後就有精液的發見。這兩樣花粉合成後（卽交媾）就生了菓子。（卽胎兒）務要對兒童解釋這些事情是極普通無奇，並要向他們說如此蕊無粉，或花粉未成熟時，就使他們互相接觸，則花蕊必至枯萎，花叢必大損害，這個好似男女太早結婚，或太快交媾一樣，能使人有衰弱病死的危險，故交媾必待到一個最適當的時期纔可舉行。

2 一到成年，男女的情竇初開，實在爲最危險的時期了。此時他們受性慾的衝動好似禽獸一樣的純任自然所指揮。西諺說：『愛情是盲目』卽是這個道理。指導人最要的在使男女知道人類生殖器的構造與生理的關係，及交媾的意義與精神的關係確實在何處。卽是：一面使他們知道生殖器的構造此時尙未完全可以適用，精力尙未滿足，身體尙待發展，若縱一時的性慾，勢必使生理上留了後來無窮的患害。

一面，又當使他們知交媾的意義原是一種極普通不神祕的事情，兩性戀愛的快樂，乃在精神的愉快，不在肉慾的接觸。但這些理論上有時不獨不能遏止男女的慾性，而且激起他們的好奇心。故至好的方法乃在實事上的制裁。利用他們初發展的擴張力於種種有利益的事，如運動，操練，及為社會服務等。如能照了本章第二節所說的鍛鍊法做去，使身體有繼續勞苦的運動，則壯年精力有所發洩，自然免為性慾所擾亂。別一方面，於精神上有功課，藝術，科學等等的勤攻，自能把妄念消滅於無何有之鄉。身體的困勞，精神的分馳，日間有許多事可做，夜裏自然跌倒床上就睡了。這些方法自然是極好不過的。希臘神話說：『獵神是愛神的仇敵』，因人既從事於畋獵，身體疲乏，性慾自然是消滅了。由此論之，要使壯年男女改變性慾的衝動而為別事的發展，惟能使他們馳驟於匹馬曠野之中，游泳於大海風濤之內，或執有一定的職業，或學習一件喜歡的藝術，這些都能驅逐情魔於身體及意志之外耶。

（手淫及露筋的弊害也常用事實指示與他看，如帶他到花柳病院看染毒者的痛苦呼號之類。）

(3) 論及男女交媾的時期自然愈遲愈好。男子總要等到三十歲間，女子約在二十左右，纔爲成熟的交媾時期。愈能遲緩其生殖器的接觸，愈能增進男女彼此爛漫的才思，熱烈的情懷。但彼此的相識上愈早愈好，男女社交愈多與愈公開愈佳。因相識久而深知彼此的性情，因社交公開而使彼此對於對方人均有一種被人奪去的恐懼心。而由這樣的競爭，交際場中男女可以得到情愛與美感角逐上最好的機會與最良的結果。論起裝束，女則嬈嬈婷婷，男則齊齊整整。外貌的美觀尙屬小事，性情隨此而變化，其影響上更是非常之大。大抵，男女要求對方的歡愛，熱誠倍加熾烈，犧牲的精神格外提高，貪吝的變爲慷慨，自私的變爲博愛，粗暴的化爲善良，欺僞的成爲篤實。凡在這樣競爭的社交上，女子好似花神，須有護花人的珍重愛惜，始許香火供養，纔有福分消受。男子又似是一個護花使者，對於衆花卉上不肯半點輕狂，必是瑤池佳品，始肯着力栽培。由是男要女歡，不得不把自己人格提高，名譽增進。女要男悅，又當要德容修飾，儀禮周詳。兩方鼓盪互相勸勉。彼此結合純爲

一些高尚的條件：或愛其美德，或慕其品性，或重其知識，或悅其技能。至於肉慾傾向，勢利貪戀，父母之命，兒女觀念諸端，必視爲不是結合的要素了。兩方上既由這些高尚的條件相結合，則對於所愛之人不會爲盲目的衝動，而爲有目的的要求了。男女彼此間必擇其所希望的條件最完善者，然後纔肯認他爲終身的伴侶了。因有條件的比較而情愛可以變遷，因變遷，一面不能不時時刻刻去創造，纔能得到愛情的保存，這就是『愛的創造』的真義。一面，因變遷，則情愛自然要時時刻刻去進化，纔能不至於失敗，這就是『愛的進化』的妙諦。我會主張這個道理而受了社會許多的誤會。我纔知道現在尙有許多人不知男女戀愛上的『愛的創造』與『愛的進化』的意義！

(4) 以上三段所說僅爲美的的性育方面講。在本段上應進而講求『神交法』的真義以解釋美的性育正面的妙用。我在上說(四頁)『凡看做興趣品用的，則一切物皆有益，若看做需要品用的，則一切物皆爲負累，』今以食說，食爲人類生存不

可少的需要，但當『爲食而食』的時候，則覺食已無聊，甚且而有害了。我又主張『肉食法』，即看食不是一定需要的事，有時且能不食而可生存，兼能產生極大的出息。食之一事，驟然看來，似乎不能缺少，而今竟能使他成爲可有可無間的事，又能指揮他爲我們所利用了。那麼，性慾一事與我的關係原不比食物的一樣需要，自然更易使他成爲可有可無，又更易使他爲我們所利用了。我先聲明我不是主張禁慾主義。但我要研究如何免如世人的一味亂射精，一面，又當講求如何用至少的精力而能收到最大的效果。用我『神交的方法』，即能一方面得到性育的真義，不在其洩精而在其發洩人身內無窮盡的情愫；一方面，又能得到男女交媾的使命，不在生小孩，而在其產出了無窮盡的精神快樂。今把這二個意義分爲二層論列於下：

（甲）性育的真義不在其洩精，而在其發洩人身內無窮盡的情愫。這個理由是因爲洩精乃一極無謂的事情。洩一次精則神疲氣衰，愈多洩精，則或至於病瘵而死亡。故洩精乃一用力多而收效少的惡果，並且他僅對於一人一時的發洩，其範圍甚

小而時限甚短。我今所提倡的『神交法』卽與這樣洩精立於反對的地位。他是用力少而收效大的，他所及的範圍甚廣而時間甚長的。『神交法』精而言之爲『意通』，粗而言之爲『情玩』，我今先說『意通』罷。這個不是紅樓夢所說的『意淫』，寶玉也不配說是意淫之人，他不過是淫污袴紈的一蠢物，正如紅樓夢所說：『塵世中多少富貴之家，那些綠窗風月，繡閣烟霞，皆被淫污袴紈與那些流蕩女子悉皆玷辱，更可恨者，自古來多少輕薄浪子皆以好色不淫爲解，又以情而不淫作案，此皆飾非掩醜之語也，好色卽淫，知情更淫，是以巫山之會，雲雨之歡，皆由卽悅其色，復戀其情所致也。』究竟，寶玉的意淫乃是假的，他也不過『如世之好淫者，不過悅容貌，喜歌舞，調笑無厭，雲雨無時，恨不能得天下之美女，供我片時之趣興，此皆皮膚濫淫之蠢物耳。』况且紅樓夢也不能解釋意淫是何物，僅說：『可心會而不可口傳，可神通而不可語達』而已。今我所說的『意通』比意淫的自然更高尙，卽是於親愛的人相與間，原不用着肉體的親藉，卽能滿足性慾的快樂：言語，動作，以

及一切表情之間，都能使用愛者與被愛者消魂失魄。妙眼相溜，笑容相迎，神色上互相慰藉，這些快樂都是無窮盡的，竟非交媾所能比擬於萬一。這樣『意通』不止限定於人類，因為他無物質上的限制，凡遇可以神交的物都可用的：囊琴一張，可以調出萬端的情懷，素畫一幅，內有無限的濃情豔意，盡在於不言之中，泉音潺潺，燕語喃喃，以及那些自然的情聲都能給我人聽之不盡，賞之不竭，甚而見雲霓的飄渺，恍若神女的相迎，看月下樹影的迷離，似是花神的臨降，宇宙間的情物，最是使人如在山陰道上應接不暇哪！故善用神交法者，無往而不得到『意通』的眞義，他的範圍甚廣大，而用力甚少，但其收效則極大，因為他不用勞形疲神於洩精的耗費，而能得此遊神於六合的妙境，領略最高尚的情懷，與極深微的藝術。自來佳人名士於春花秋月的寄托，上天下地的描摹，都是這個意會與神通的作用的。別一方面，就神交的淺義說，是爲『情玩的方法』，即使男女只用遊戲，玩耍，甚而至於親吻，抱腰，捥乳，都是免於交媾，而能得到性慾的滿足。以游戲說，如聚合一羣

男女作種種的玩耍，彼此間都能得到情感上的安慰了。

(我嘗在法國一海島避暑，其時有青年男女數千人，日則於海中

游泳後在沙面上做「捉迷藏」，或於石頭間行種種遊戲，夜則於山坡中玩各類玩耍，我敢說數個月的聚合，兩性間都是清白身，而究之實享人生未有的快樂。)

以親吻說，熱烈的

的嘴唇互相接觸後，其電力直透於生殖器，即覺得一縷情魂自頂至踵流去了。互相抱腰的親愛，更能表出彼此的熱情。至於乳部的神經與生殖器的原是互相關連，若溫柔的手心安貼在乳部上，有時所享受的情感，更不是交媾的所能望及了。

(乙)我們現當回提上頭所說的『男女交媾的使命，不在生小孩，而在其產出了無窮盡的精神快樂，』這個問題了。當男女到萬不得已而要交媾時，應當看做男女的二個肉體與二個靈魂併合成爲一整個的妙用，切切不可效那登徒子純爲肉慾的消遣，及效那專爲祖宗求多子孫的中國人無意識的行爲。故第一要緊的：四十歲前的男子，三十歲前的女子不可有孩兒。男子射精已是太無聊的事情，女子產育，更爲無窮大的犧牲。逆產而死者若干人，由產育而生子宮病及別種病者若干人。九月懷胎的痛苦，數年鞠養的劬勞，故大都美人似的婦人於產子後一變而爲醜惡的母親；

柔情繾綣的良妻，一變而爲情愛不專的伴侶了。故我敢說要享夫妻的幸福者切不可有兒子。而要其妻有好身體及保存其美容者更不可令其生產。我今改唱這兩句詩以相勸『美人自古如名將，不許人間見兒孩』！論及避孕的方法甚簡單，乃是用海棉球含薄醋後遮子宮口，於射精後，抽出棉球即刻或俟睡醒後用「陰戶洗具」(藥房)將溫水洗滌腔內，既可得到生殖器的衛生，又可由此使精虫不能作孽，所謂一舉兩得，事半功倍。(我於三年前眼見我國人猪狗似的繁育，爲父母者僅知射精受孕，無教無養，以致兒子男夫人來華提倡同一的論調，前時罵我的報紙者竟一變而爲歡迎山格夫人的主張了，實則我的學理比山格夫人的高深得多。但我被侮辱，伊享盛名，所以不同的緣故，因爲伊是美國的女子，我是中國的男人！)

可是家庭有小孩，如能養育得好，確是父母的樂趣，也是人生應盡的責任。但須父母到極強壯的時期，與有良好的身體後纔可產生。又要各量其力確能使多少兒女得到極高的教養程度，而後去定其產生多少的數目。如因要小孩而交媾時，當於山明水秀的地方，惠風和日的時節，在自然的中間，青草之上，大峯之下，上有白雲的飄渺，下有流水的潺鳴，大地是洞房，樹影爲花燭，乘興作種種歡舞高歌的狀況

態。如此情景，男女彼此所享受的不僅是肉體的快樂，而且精神上的和諧幾與自然相合一，宇宙相終古了！如是而生的胎兒，不是英雄，便為豪傑，其下的尙不失為泰哥兒及掘倫之徒，斷非我國的詩子詩孫所能望及了。

（精蟲與卵珠的活潑生動，自然可得強壯乖巧的胎兒，這樣胎兒便可望後來為非常人物了。參看第二節，新的『優種學』一段上。）

如必要在房屋時，則其交媾的房帷，當竭力安排得美麗

清潔。總之我想當交媾時，當要求交媾上極端的樂趣。這樣交媾，纔是為『興趣而交媾』，不是為需要所強迫，而後纔能使肉慾的變為精神的快樂。這樣交媾，則一次可比俗人的千萬次的快樂，如要小孩，也極易達到受孕的目的。這個可說是最美麗的，與『用力少而收效大』的交媾法。至於俗人的交媾乃是白丟精，無精無彩的如吃苦瓜一樣。這樣交媾太苦了，又太醜了。合起千萬次來總不能比上頭所說的一次的快樂。成年裏，身子的底下洩了冰涼水濕一大灘精，終不能得到一個胎兒。即使得到也不過是一個傻瓜！

由上說來，美的性育有二意義，（一）做極少的交媾，並且要使交媾時變肉慾

的快樂爲精神的受用。(二)利用性慾的精力爲一切思想上，藝術上，及行爲上，的發展。由這個『性力』的衝動而後所產生的思想，纔能精深的如柏拉圖的哲學，美妙的如丹德的詩歌，慷慨淋漓的如歐洲中世紀騎士對於婦女擁護愛惜的行爲。若無這個『性力』的暗托，其思想必薄弱有如中國的儒家，其詩歌必矯作好似應式賣文的詩人，其行爲必枯燥不情有如佛家的僧尼。美的性育的使命在使精力變爲最有出息的功效，我今特別地名這個爲『精變』即是一切最宏大的事業皆由一種變相的性力所造成。『精變』的效用甚大，只要一點精力就能生出驚天動地的事業來。至於淫蕩的人乃是把身內儲力變成爲精液，這個是『變精』不是『精變』了。美的性育即在教人如何得到『精變』與避免『變精』的一個好方法。

(2) 美的娛樂

我前說美的娛樂乃是一種有益的工作，不是一種奢侈的消耗。即以性慾說，人對他娛樂若得其法就能使其爲『精變』的作用，則其利益爲無窮了。推而論及別種的

娛樂皆可使他爲美的娛樂，而由此得到『用力少而收效大』的工作及行爲的好成績，美的娛樂除性育外，其方法甚多，現概括爲下的三類。

(1) 野外運動，散步，旅行，冒險等的作用。這些娛樂皆能求到一個壯健的身體，愉快的精神，及養成各種良好的知識與志願。野外運動一項，我已在上體育一節上說及，今姑從略。散步雖屬細事，但於幽勝的地方時時行之，可以養成富於領悟的心思。康德的高深哲學，可說是成就於每日準時地的散步。若威爾遜當總統時，過有難事待解決著，則乘汽車到城外曠地且行且思，這個方法也好。說及旅行，其爲用比較散步的更大。我三年前在日本閱報，使我最感動處，在關於許多學生暑天旅行各山脈的記載，其旅期長的有至二十餘日者。回想我國學生於暑假僅知歸家抱妻子，真堪愧死！今後各人應當就地方之所近，認定一山脈或一水源以窮極其究竟。這樣旅行既可鍛鍊其身體，又可得地理與風俗上的知識，並且可以發見許多幽奇的古蹟，明媚的風景，以及一切的富藏。故一次旅行勝讀一年書。做了數

次有系統的長期旅行：就可得到終身實在的學問了。

可是，美的娛樂中以冒險為最有趣而且能得到極大的效果。凡非常的事情及非常的功業自然要以生命去相搏纔能得到。冒險的樂處，除了得到活潑的精神及精密的心思外，尙能得到快樂的死法。人生最看不破的是死的關頭。而冒險的人覺得死是快樂不是痛苦，死是可玩耍，不是可害怕，死是自己樂意的，不是受外界所指揮。當他冒險時，步步覺得有死的可能但步步覺得快樂。因愈近危險的境域，愈能得到所期望的目的，故愈覺有死的可能，而心中愈覺其快樂。所以他人則以死為苦惱，而冒險的人則以死為快樂了。凡能以死為快樂，則天下事無不可辦了！我常說人生本來是冒險的，做今日的中國人更是冒險：公共衛生不講求，滿天中飛揚了各種殺人的微菌，抵抗稍疎，立即死亡。况且政治不好，軍士盜賊充斥國中，我人的身家性命皆是危如累卵。可惜這些冒險，乃是聽外界的命令來操縱我人的生命，這個自然極不值！最好是由我人自動的抱定一個極有價值的冒險：或為社會改革家

，或爲學術建設人，總當本犧牲生命的精神，不屈不撓無畏無求的態度做去。事如能成更佳，不成，也已得到死的快樂的報酬了，總比床頭病死，或鬱悶自殺的死法高強得多呢。

(2) 藝術上的遊戲。這類的快樂比第一類的稍偏重於個人的情感上頭。情感的養成本極困難，書籍與教導皆無效力，惟有從娛樂中去尋求而已。遊戲的種類甚多：有表情的遊戲如舞蹈唱歌等；有玩耍如遊戲，如捉迷，鬥草等；有自然的遊戲如於曠野或海邊結隊做種種野外娛樂等；有俱樂部遊戲，即是各種有藝術性的俱樂部組織。現僅就這末項來說明吧。俱樂部的名目已被我國人踐踏夠了！賭博嫖妓之所，牛羣狗彘之地，都掛了俱樂部三字的招牌。究竟俱樂部的真意義乃是練習情感最好的地方。於其中有擊劍的，武技的，有音樂的，跳舞的，有詩文的，有雜辯的，有政治上各種目的而組織的。合了一班道同志合之人於娛樂中而養成各種好情感，以爲將來辦事上的準備。例如擊劍武技的以養成將來尙俠氣重信義的英雄。音

樂跳舞的可爲將來歌舞場中的改革家。詩文雄辯的，希望造就一班文學家與演說家。爲政治的目的而組合的，可以產生後來一班改革社會的人物。這些俱樂部皆是最緊要：因爲有尚俠的國民，然後能療治這個麻木不仁的社會。有歌舞的藝才，然後能改革現在這樣野蠻的劇場。有詩文與口才的社員，然後纔能移易了那些不文非詩與吶吶的國民性。有社會的改革家，然後能救拯一切黑暗的政治與腐敗的風俗。總之，以俱樂部爲製造國民情感的大本營。有情感的人物纔能做成大事業。故要使將來辦事者皆有熱烈的情感，與社交上皆有友愛的氣象，須當於俱樂部中先養成其有情感性。本來好家庭，好學校與好社會的組織必是一種娛樂化的俱樂部。但現在的家庭學校及社會既如此冷酷不仁和種種無興趣，所以我們惟有從俱樂部組織起，以便養成將來許多富有情感的家庭人，學校人，及社會人。

(3) 社會上的娛樂。這層的娛樂比上的二層更爲重要。好的社會是娛樂化的，是使社會上一切人皆熙熙樂樂有如朋友的相親愛。這個希望的可能，惟有從社會的娛

樂法去造起。而其中最要的爲節日。我國所行的清明，端午，與中秋，等節日極好。清明，是當草木發長之時，因此令人感起了追悼可愛的死者的心懷。我嘗於清明日上山，見人哭泣，未嘗不與他們掬了同情的淚，哭有時也極快樂的，痛痛快快大哭一場，其樂實在不可思議。端午競渡也大有趣。中秋，明月當空，極有美感。這些節日都與社會風俗上大有關係，我意謂節日能取其有意義與富美趣者愈多提倡愈佳，（例如冬節，過新年等節）又當使社會上起了一種普遍的感動，如法國共和紀念日一樣的熱狂，不似我國共和紀念日那樣的蕭條纒好。（要使羣衆對於節日有普遍的熱烈感動，須當每地方有一種大的公團與公所，使衆人於其間作種種跳舞，唱歌，音樂，聚餐等的表情。）節日愈多，使社會上起了一種同情同感的親愛，發揮衆人共樂的興趣，與一種同仇的義氣。社會的心理原是複雜的，惟有節日能使他統一。社會人類原是分散的，惟有節日能使他聚合。就其複雜及分散說來，社會是毫無力量的，但就其統一與聚合說來，羣衆的力量是無窮大的。這個無窮大的羣衆力量及社會上一切的生趣，都是靠節日以生存，你想節日的關係大不大？故節日的娛

樂是極美趣的，又是『用力少而收效大』的。那麼，提倡有意義與具美趣的許多節目——一月至少要數次——當爲社會改革家最當着意的一事了。他如比賽會，博覽會，及種種的展覽會：如禽獸，花木，書畫，古董，等等的展覽；美女，壯兒，康健長壽的老人，與膂力過人的壯年，各類的比賽；餘的，如職業，商業等的各種廣告術，也須注意從美術方面去提倡；這些皆能增多社會的娛樂，與提高羣衆的同情。

由上說來，娛樂的眞作用是鍛鍊個人的身體，增長個人的知識，又是提高團體上的興趣生活（俱樂部作用等）與養成社會上羣衆的同情心了。以鍛鍊爲鍛鍊是苦惱的，以知識爲知識是枯燥的，今以娛樂的方法出之，這樣鍛鍊何等痛快，這樣知識又何等生動呢。尙有二事，更難用別法去生長者，卽個人的興趣，及羣衆的同情，我常常除了娛樂法外，無論用何方法總不能使個人人生興趣，及羣衆起同情。例如我國現在個人的生活可謂『興味蕭然』極了，羣衆的心理可謂『痛癢不相關』極了，這個卽因我國無公衆娛樂的緣故。軍律的兇暴，政令相威嚴，惟能使人畏而不能使人愛。

名譽的引誘，金錢的賄賂，惟能使人羨而不能使人敬。惟有娛樂能使人互相親愛，互相敬重，這就是他的大作用處。由一人的娛樂，而使一羣生欣悅；由數人的娛樂，而使全社會皆大喜歡；由一時的感動，而能留爲一生的紀念；這就是娛樂上「用力少而收效大」的成績。由一入身中極混亂胡鬧的儲力，而使成爲驚天動地的大功業，大文章，大道德，這就是娛樂的最美麗，與娛樂的人所得到最大的興趣。我前說，「娛樂卽工作」，我今敢說，惟娛樂的工作纔有大出息大作用。至於嫖妓，賭博，飲食的徵逐，酬應的麻煩，這些簡直不是娛樂，恕我不去論列了。

本章到此已算結宿。自衣食住至娛樂等關係於美的意義，與「用力少而收效大」的作用，皆從科學方法上去創造。我自信這些皆是極確實可靠的創造法。只要能依其大綱做去，一定可望得到相當的成績的。至於本章乃是哲學的創造法，自然比第一章所說的較艱難些，但我們則極望讀者於下章所得到的興趣也比前章的較多些。

第二章

美的人生觀

總論

本章與前章所說的不同處：前章對於人生觀是用分析的方法去研究，本章則專在綜合與整個上做工夫。前章是用科學方法的，本章則用哲學的眼光。可是，分析與綜合，科學與哲學，不是根本上的差異，乃在進行上的手續不同而已。人生觀，一方面是用科學方法去分析，一方面又當用哲學的眼光去綜合，然後纔免墜落於神祕或陷入於粗俗的毛病。我嘗對於『愛情』一問題說他是可用科學方法去分析的，因為我們可以求出愛情的條件。但愛情也是『哲學的整個』，因對我們從主觀上把那些條件做一塊兒看去，自然是似乎無條件的可以分析了。我今再把這個愛情問題稍為詳說於此，以為人生觀的問題上做一個舉例。

我意謂人們所叫做『無上神祕』的愛情，乃是由一些條件所組合而成的。由一種各不同的條件所組合的結果，而可斷定他必生一種各不同的整個愛情。（因愛情是由條件所合成的，所以由條件組合上的不同而可以有無數個的愛情。）倘使人們知道理智上固有邏輯，情感上也有邏輯，理智情感組合上尙可有邏輯，那麼，愛情縱然如世人所說的全出於情感，尙有情感邏輯上的定則。但我意，愛情不單是情感的，他是由感情和理智所合成爲一個整個的。——卽如孔，墨，釋，耶，的救世熱誠，誰能說他們全爲情感所衝動，毫無理性的作用呢？——由此說來，人生觀的定則，比普通科學的定則較爲繁雜，卽是人生觀上常把情感與理智組成爲「整個作用」的緣故。所以身當其事的人無不自以爲神祕或直覺的了。實則，苟能從客觀上去觀察，又苟能把這個「主觀的整個」的現象考究起來，自可得到他有分析上的條件。因爲整個的對面，卽是由條件所合成的；因爲主觀上雖有整個的作用，但這個整個不是神祕的，乃可分析的。不知這些理由的人，遂致鬧出下頭三項的誤會：

(1) 有許多不知整個與神祕的分別，所以誤認主觀上的整個愛情爲客觀上的神祕性質。

(2) 原來主觀與客觀的作用本不相同，若把客觀的誤做主觀用，遂致生出了梁啓超先生及譚樹樾君諸人的誤會。例如，梁先生若知戀愛必先有「理智」爲客觀的背景，然後纔免令人「肉麻」的理由，就不會有「假令兩位青年男女相約爲「科學的戀愛」豈不令人嘖飯」這些話了。（參看五月二十九日晨報副刊梁先生文。）又使譚君若知「條件」是客觀的事實，「直覺」乃主觀的作用，當然不至把我的條件，誤做他的直覺去了。（這從答覆愛情定期的討論摘出的
參看晨報副刊十二年六月二十二號）

(3) 「整個」在主觀上的作用，與「分析」在客觀上的意義，彼此雖則互相交連，但各有各的特別位置。好似整個的水，雖是與分析時的輕養二氣相關係，（因爲水是由輕養二氣所組成的。）可是，水整個時不是輕養，與輕養分析時不是水，同一理由。推而論之，人生觀上的一切問題，例如以愛情說，在客觀上分析的條件，自

然與在主觀上整個時的現象，兩者完全不相同。但是人們不能說這樣的整個，是神祕的不可分析的。因為他既由條件所合成，自然是可分析了。因為這樣的整個，既是由條件所合成，那麼，從他所組合的條件上，就可以見出他的整個性質是什麼，與他的作用有何種意義了。（當然從普通的經驗上得到）若有不知上頭這樣的區別，一方面，就不免誤認整個為分析，分析為整個；別方面，又不免誤會了整個與分析彼此上絲毫不相干，所以鬧出張君勸丁在君諸先生對於人生觀一問題打了一場無結束的筆墨官司！（張君的主張整個不可分析，與丁君的主張分析不能整個，皆是偏於主觀或客觀一端的見解。我想，還他整個與分析各自的位置，又承認他彼此有互相關連，這纔是從「全處」看。）

總之，以客觀的愛情定則，做為主觀上用愛的標準，原無礙及於客觀上條件分析的方法，與主觀上愛情整個的作用。並且，人苟能以定則為標準，做為主觀的指南，自然對於所愛的，纔能愛得親切，愛得堅固，愛得「痛快淋漓」。例如人人有

耳會聽，惟知樂理的人纔能「知音」；人人有目會視，惟知畫法的人，纔能「悟景」；我也敢說：人人本性能色，惟知定則的人纔曉「愛情」。至於一味憑直覺主神祕的人，上者，不過於情上領略些迷離恍惚的滋味；下者，則無異於牲畜的衝動。青年男女們！你們如不講求愛情那就罷了。如要實在去享用真切的完滿的愛情，不可不研究愛情的定則，不可不以愛情的定則爲標準，不可不看這個定則爲主義起而去實行！（即愛情有條件的，是比較的，可變遷的，夫妻爲朋友的一種的愛情定則。）

我以爲一切關於人生觀的問題，都當照上頭對於愛情一問題上所解釋的去解決。即是：一切事皆要有科學的道理明明白白地去分析，這樣纔能得到頭腦清楚學問高深的人物。別一方面，又要把凡事做「哲學的整個作用」做去，然後纔能養成一個系統縝密的心思，與精細剛毅的行爲。我常說科學與哲學是相成相助的，不是彼此衝突的。（參看下美的思想一節）明白這層就能看出這第二章所說的與第一章所說的其中實有一氣互相聯屬的線索了。

本章所說的乃就整個的美的人生觀從三方面上看去，全係綜合的研究，不是分析的工夫，應請讀者留意。這一節的細目是

(1) 美的思想

(2) 極端的情感，極端的智慧，極端的志願。

(3) 美的宇宙觀。

第一節

美的思想

怎樣能用最少的腦力而得到最多的思想？怎樣使許多的思想得到一貫的功効，與萬殊的應用？我今提出這個『美的思想法』，就是希望把他來解決這些問題。

這不是科學方法，也不是哲學方法，能使我人得到美滿的思想的。惟有從科學方法與哲學方法相合爲一的『藝術方法』上去致力，纔能達到這個希望。若論現時爲人所最崇拜的科學方法，原不過爲許多思想方法中的一種，並且是最粗淺的一種呢。凡一切學問的研究，固當從經驗入手，於經驗之後，自然又要經過一番科學方法的工夫。故科學方法自然是入手求學問時不可少的一種歷程；他的價值，即在以有條理的心思，去統御那些複雜的現象，而求得其間一些相關係的定則；而他的粗

淺處，乃在用呆板的方法爲逐事的經驗與證明。殊不知世間的事物無窮多，斷不能事事去經驗，件件去證實，所以科學方法的應用有時也不得不窮，由是思想上覺得極欠缺，不美滿，與覺得有別求方法的必要，於是哲學方法遂應運而生。

哲學方法與科學的不同處：他不重經驗與證實，而重描想與假設。他用了乖巧的心靈，擬議世間的事物必如此如此。他的長處在泡製由科學方法所得到的材料而爲有系統的作用。若無哲學方法的假設做引導，則凡一切所經驗的事物勢無異於破爛朝報，事雖繁多而無一點的歸宿。但哲學方法常不免於憑空捏造，想入非非，究其實際毫無着落的諸種毛病！

就上說來，科學方法與哲學方法各有其利與其弊。要使他們有利而無弊惟有使他們的長處聯合爲一氣。聯合爲一氣，則思想上自然不至陷於科學方法的呆板，與哲學方法的空虛，而且能得到科學方法的切實，與哲學方法的乖巧。至於擔任這個聯合的使命，則全靠在藝術方法的身上。藝術方法一邊是以科學方法爲基礎，與

哲學方法爲依歸：一邊，於聯絡這二種方法之後，自有他本身獨立的效用。譬如：工程師有意於建築一個美麗的紀念塔，其初則相地，造基，安柱，置蓋，在在需用科學的方法，庶免使塔有傾倒之虞。但工程師心目中另有他理想的塔形。舉凡磚，石，木，鐵，以及一切零碎物件不過爲組合起來以達到他理想的目的而已。這個以整個爲目的的方法即是哲學方法。至於怎樣纔能使零碎物件達到他的整個目的；此外，怎樣使所用的材料達到最切用，與他理想的塔形達到最美麗，這全是藝術方法本身之事。簡括論之，美的思想，一邊，是以科學方法爲基礎，以哲學方法爲依歸，而以藝術方法爲調制；一邊，則專在利用藝術方法，使腦力上得到最有出息與最大效用。這個調制的功用甚大，自來科學方法與哲學方法常立於反對的地位，即因缺少這個調制的緣故。今後有了藝術方法的調制，則科學方法與哲學方法斷不會彼此柄鑿不相入，勢將如水乳的交融。論及那個藝術方法本身的作用更大，有他，人類的學問纔能深造與淵博，纔能達到理想與實行爲一致，纔能提高理想與實行至

於盡善盡美盡美的地位。

今爲便於敘述起見，我們求得藝術方法居於調制的地位及他自身效能上的作用，大約分爲四項如下：

- (1) 以情感的發洩去調和理智與意志的方法。
- (2) 以組織的作用去協合歸納與演繹的方法。
- (3) 以創造的妙諦去泡製經驗與描想的方法。
- (4) 以表現的效能去貫通零碎與整個的方法。

分開說來，藝術方法的本身是情感的，組織的，創造的，與表現的方法。所謂調和，協合，泡製，與貫通云者，乃是藝術方法對於科學方法及哲學方法調制上的作用，今爲逐端論之於後。

(1) 藝術方法，是以情感的發洩去調和理智與意志的方法。

這項的意思是說情感的發洩乃爲藝術方法的根源，也即是達到美的思想的第一

步驟，就大端說，科學方法偏重理智，哲學方法則偏重意志。科學方法貴在立於客觀的地位與「純理」的研究。但實際上，任人怎樣用客觀的方法去觀察，究之，其所觀察的結果總帶有主觀的色彩。例如：空間是三積體麼？究竟誰也不能知空間是什麼！由我們主觀所感學而定他爲三積體，或由別種主觀的見解而定他爲四積體，或無窮積體均可。新的幾何學所以能與舊的它具有相當的價值即是此理。推而至於天文，物理，化學，以及生物及社會學，都是由人類主觀上的智慧去審定的。再以純理說，宇宙中有許多問題非專靠純理方面所能解決者，例如：物質可分得盡麼？不能麼？時間有窮頭麼？無窮頭麼？空間有界限麼？無界限麼？就純理去解釋，正反面都有道理，而同時都無道理。我們一邊可說物質分得盡的；一邊，又可說物質不能分盡的。也猶如我們能說時間有窮頭的，空間有界限的；可是，同時我們又能說時間無窮頭的，空間無界限的。這個爲什麼理由而使我的判斷矛盾若此？依我所見：乃因人們對於外界的智識一面倚靠於感覺，一分權於意志。就倚靠於感覺

一方面說，我們覺得物質是可分盡的，時間有窮頭的，空間有界限的。但就意志一方面說，我們又推想物質不可分盡的，時間無窮頭的，空間無界限的。由此可見理智一物，乃是由感覺與意志所變成。當感覺與意志分離時，無怪理智轉而成爲兩可的疑惑物了。就根源說，人類先有感覺而後有判斷，有判斷而後有理智。就後天說，人類先有意志而後有動作，有動作而後生理智。偏重於感覺一方面者流爲經驗派的科學家。偏重於意志一方面者流爲推測派的哲學家。人們不偏重於此則偏重於彼，以致人們的智慧不失於科學派的呆板，則失於哲學派的渺茫。

然則如何而使感覺與意志相調和？即是如何而使科學與哲學能合作？我想惟有用情感的藝術方法。情感是感覺與意志靜止時的結晶品又是他倆動作時的組合物。由前例說則爲『本能』。由後例說，則爲『頓悟』。自來論本能或涉於神祕，或流於浮泛。其實，本能即感覺與意志在靜止狀態時的結晶品。他所以比理智較爲硬姓與狹窄的道理，即因他是感覺與意志的生產物。故他不是理智，不是感覺，也不是

意志，乃是一種靜伏狀態的情感。例如人有飲食的本能，究之人要飲食，不是起於食物的感覺，與理智的判斷，及意志的驅遣。人要飲食好似我們胃裏的情感（廣義的）的一種動作不得不如此去做的。他如性慾及羣居等等的本能，都是一種廣義的情感從中主動的。故本能不用學習而能，同嗜又因學習而變遷。藝術方法於美的思想第一步應用上，即在保存人類的本能，與使本能得到最好的發展。例如保存人類性慾的本能，同時又使他由此擴充兩性之愛而為家庭及人類與宇宙之愛，同時又發展他為精神上的作用。（參考上美的性實一節）總之，本能乃是一種藏伏的情感，所以他是最簡捷，最美麗的一種思想。

當感覺與意志組合後成為動的情感時，『頓悟』常由比而發生。我人平常的感覺與意志都是互相衝突不能合作，以致互相消滅不能生出美滿的思想。幸而有時遇了感覺與意志得到合作的機會，則人們於其時覺得有一種熱烈情感從中鼓動發揚。這樣情感有如火的勃發，泉的噴湧，無法可制止的。由這種內火的一閃，即現成為

一種頓悟。頓悟不是理智，也不是意志，乃是情感的證明：卽人於頓悟前無論如何去思索總是得不到的，忽一旦豁然貫通，又似是得來毫不費工夫一樣。佛之於法，老之於道，以及詩人的達神，畫家的傳意，皆是於剎那間之前不能悟到，於一剎那間後也不能悟到。恰恰於感覺與意志會合的一頃，又適值情感燃燒最高度的一頃，與所用的方法達到於最藝術化的一頃，綜此各種的奇緣而生頓悟之妙境。這真是千難萬難之事，無怪頓悟不是盡人都能的。

頓悟之表見既如其難，故要用藝術方法使他發現當然不是容易，必先使感覺與意志相協合，次使情感有極端發洩的可能，（參考）終又須用了一種極奇妙的藝術方法，三事俱備，庶幾萬一得到頓悟的機會。我今姑舉二例以概其餘：秋之夜，『清風徐來，水波不興』蘇東坡感此而作前赤壁賦。同此秋夜，聽其『淒淒切切，呼號奮發』歐陽修感此而作秋聲賦。彼二人的感覺不同，與意志互異，故其情感上完全相反。其頓悟之道也不一：在前赤壁賦則極端樂觀，而在秋聲賦則充滿悲艱。

這二篇所用的藝術方法也不一律：秋聲賦的作者全在寫聲音方面上着力，他好似音樂家一樣；但在前赤壁賦則注全神於寫秋的色彩，完全是圖畫家的本領。可是他們雖種種不相同，而此二篇的價值則同爲千古不朽的傑作，緣因他倆都具熱烈的情感，都能使感覺與意志相調協，又都能用最高的藝術方法去表現。

總而言之，美的思想法於第一步驟如能達到，（即情感的藝術方法）我們由此而求別種的藝術方法常甚爲容易，今卽於下段繼續論組織。

（2）藝術方法，是組織的作用以協合歸納與演繹的方法

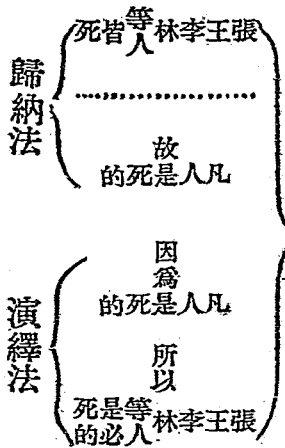
乾脆說來，科學方法所求的爲歸納方法。例如：見了張，王，李，林，以及許多人皆死，我們歸納起來立了『凡人皆死』的定則。這樣方法好像最穩當不過的。可是，他所得的僅是過去的事實的總算賬。故嚴格說來，科學家僅能說已死之人纔是死的。凡未死之人不能說他必死，因爲未來之事不是經驗所能及。人們若僅賴這方法，勢必只有歷史的智識，而無未來的『先見』。這樣僅顧過去而遺未來的方法，

當然使人類對他不足。幸而有哲學的演繹方法出來救濟。演繹法是以歸納法的結束爲起點。例如他是以『凡人皆死』爲前提，而推論到張，王，李，林，以及未來一切人都是死的。就歸納法說：因爲張，王，李，林，各人有死的事實，所以得到凡人皆死的公例。就演繹法說：因爲有凡人皆死的大綱，所以有個人必死的事實。歸納法的長處，在搜羅事實的相關係。演繹法的長處，在『格式』嚴整上的推演。他與歸納法不同處：即他所判斷的不在事實的真假，而在格式的協合。例如：他於凡人皆死爲大綱之後，而得了『X是人，X必死』的函數。在這個函數上，人們所注意的僅在『X是人，X必死』這個格式上的關係。至於X是人不是人，我們毫無過問之必要。但當X是人，我們則能斷定X必死，惟有這個互相關係的性質纔值得算的。故哲學方法所求的僅在格式上的邏輯，因他不必證諸事實，所以他能有永久的普遍的意義。由此可見哲學的演繹方法比科學的歸納法，實在遠勝一籌了。

但我們不是如常人見解，謂科學的歸納方法與哲學的演繹方法乃立於不相容的

地位的。因爲由藝術方法觀之，歸納與演繹不過是「組織法中的一端。從組織法着手，則他倆儘有協合的餘地。組織法即是歸納與演繹組合爲一的方法。今就上舉例說，組合了歸納與演繹二方法爲一整個，即是組織法，其式如下：

組織法



照上表說：歸納法的結束，即是演繹法的起點，可見歸納是給與演繹的材料，演繹乃推廣歸納的效用。至於組織法即在如何使由歸納所得的材料與由演繹上的推

論不相背馳的一種方法。這樣組織法的爲用當然極鉅大。今擇其要點，計有三端分論如下：

(1) 依住認識，知識，意識，及普遍識，一切所有相關的系統上，將所要知道的事情，應有儘有，詳詳細細組織起來。這個方法，與定名上的敘述法有些相同。不過他除了應從次序上着想外，尙要從系統上留意，所以他比敘述法更繁難。(參考我的普遍的邏輯) 例如從「認識的系統」說，我們把「地球——靜——二個名詞，組織成爲一個肯定的相關，即是說「地球是靜的」一句話了。但從知識的系統說，我們應改組爲「地球是動的」一句話了。但從意識的系統說呢，我們又當組織爲「地球或者不是靜的，也不是動的，乃是由觀察人的主觀去判定他能？」這句話了。最後，若從普遍識的系統上去組織：他的句法是「地球也是靜的，也是動的，動靜乃相對待上的名辭，原不過是一種相關的現象而已」。總之，無論從那個系統去組織，他的意義就跟隨那個系統而定了。所以從系統上說，二個物象與意義的相關不

是無窮的，乃是有限的。譬如上所引的四例，已足包括一切的「地球—動—靜—」三個關係，再無別個方法可組織了。

由這個組織法說，他是把認識等所得到的現象，實實在在組織起來。如我覺得地球是靜的，就說他是靜了。又我推論地球是動的，就說他是動了。換句話說，「句」的意義，是從事實上，或推論上，和描擬上，的相關條件中所組織出來也可說他先有組織，而後纔有意義，不是先判斷而後有解釋的。因「句」一經組織後，他的意義，已經固定。人們僅有依住這個固定的意義去解釋他，原不用着再去判斷他是什麼東西呢。實則，組織之中，已經包括判斷的意義在裏頭了。

所以從組織的造句法入手，不獨可免了演繹法的判斷偏重主觀，與成見等等毛病，並且免如歸納法的判斷，流於偏狹與呆板。因為組織法是主觀與物觀相合而成的藝術方法的。例如從認識方面說，地是靜的，這是從主觀方面去組織的；從知識方面說，地是動的，這是從物觀方面去組織的。至於一味偏重物觀的歸納法或主觀

的演繹法的判斷法當然免不了成見與偏狹諸弊端。故自來學者都承認判斷不免無錯誤，因為判斷終免不了「感情作用」的。可是，組織法既是於主觀外並顧事實，當然却成見的蒙蔽，和偏狹的缺點了。其次，判斷僅能從一面下手，縱使真確，也免不了失於呆板。如判斷地球是動的，當然同時不能判斷地球又是靜的，或地球不動不靜的，或地球是動是靜的了。但組織法，既不是從物觀或主觀單面的判斷上入手，乃從敘述法上做工夫。所以他把所要敘述的事情，按了相關系的系統上去組織。故他的意義當然比判斷較普遍較靈通。並且有許多事情，不是從判斷可求得來，須要從組織法纔有頭緒的。這個道理，待下再講。

(2) 組織法的第二方法，是在把所得的組織句中，比較說句是最與事實協合，以為擇取的標準。例如於地球是靜，——地球是動——地球不靜不動——地球也靜也動——諸語中，選用一個與地球動靜上的事實最相合的句。我們苟知動靜不過是相關上的一種現象，當然應取第四句——「地球也靜也動」了。在相對論未成立以前，第二句

」地球是動「爲最協合於事實，若在古時，則以第一句——地球是靜——爲極妥洽的根據。至於有些人或主張第二句——地球不動不靜，以他個人主觀上的動靜去定地球的動靜了。故求最協合於事實的造句法，原無一定的標準，乃是由人類所用的藝術方法程度高低去審定的！

(3)說到第三層的組織法，他雖承認最協合於實事的組織法極爲困難，但於求得一個最普遍的組織法，自信則極有把握。因爲在一個系統上，如從認識說，地球不是動的；但從別個系統上，如從知識說，地球是動的。那麼，在此兩個相反的現象上，我們定然可以組織一個第三種的句法，比前二個較普遍的了，即是：地球也靜也動——這句話，可以包括前二個，但前二個不能包括他的。所以他當然比他們較普遍的了。故最緊要的造句法，除上所說的敘述及選擇二者之外，在第三端的，則爲求得一個普遍意義的組織。

求普遍的組織法，本是極精微的研究。我今略取二例來說明：

(甲)由認識上，見一流質被壓，必從無壓力的地方流去，流到平均勢止。若從這樣純粹的認識方面去組織，我們僅能依了這個認識上的現象去定公例而已。但人們後來把這些認識的材料，組織起來成爲一個知識的公例，「卽一個流質，如四面八方無壓力，則一方受壓力，他必向四面八方平均流去」。這個公例，不是從感覺得到，乃從推理而來的。所以我們說他是知識上的組織。再後，人們看「水龍射水，常有一定的高度」，料定空氣必有壓力。這個爲意識的組織法。雖則，他是從認識及知識二方面所組合而成，但他顯然與認識及知識二事不相同。因爲空氣有壓力，是不能由五官感觸到的，也不能由知識推論得的。他不過是一種意識上的假定而已。

可是，到了這個地步，若不再進爲一種普遍識的組織，爲一種認，知，意，三識組合的組織」，所謂意識上的假定，必至於終久不能證實了。幸有托里西里 Tor-

ricelli 從這方面做工夫，遂有氣壓表的發明。(俗叫做
寒暑表)

項得數明明是從新創造出來！他有價值與否全靠於事實的證明。（參看下假設式）就此看去，可見用組織法所得的結論，不是似舊式邏輯的，僅有一個，他可有許多個的同時也就可得到許多新的意義了。若就A的反面a（代替了）為主位組織起來，也可得了八式

如下：（其小寫字母b c d代替B C D的反面）

DCBa(1)
dCBa(2)
DeBa(3)
deBa(4)
DCbe(5)
dCba(6)
Deba(7)
deba(8)

，無動物了，a b c d

除了從組織法中得來的狹義的創造法之外，尚有他的本身意義，即廣義的創造法，他是藝術方法的一種，乃屬於藝術方法的第三種，即是：

(3) 藝術方法，是以創造的妙諦去泡製經驗與描想的方法。

凡一事的創造雖不能從無中忽然而有，但他於由科學所得的經驗與由哲學所得

若把上八式與上頁的前提對勘起來，僅有第七第八二項，不與（相滅）的公例相矛盾，這是說，除無機物，非植物，與非動物外，尚有屍體等氣的存在，（a b c D）。也可說無屍體等氣，就無有機物，無植物

例組織成爲一個吸力律。這個吸力律好似極神秘的。因爲在無窮的空中，一物與他物，怎麼能夠間接上如此的相吸？這真不是由感覺所能見，及智識所能知了！即牛頓自己也不免懷疑，但一證諸事實又極切當。所以他姑且用(Gravitation)一字，去解釋了。就他的大意說，二個物體相吸的真情，我們是不能知的。但以此相吸的現象看起來，好似(Gravitation)是如此的。因爲牛頓的吸力律，是把笛氏及喀不肋的學說爲根據所組織而成的。所以他不是此，也不是彼，乃是一種新意義，乃是一種意識上的意義。所以他含有神秘的意味，不是用認識及知識的觀念可以解釋的了。

不能解釋的牛頓吸力律，一到相對論，用了一個「基本引量的十成分」法，而變成爲可解釋的了。有相對論，不但牛頓的吸力律可以解釋，即喀不肋及笛氏所說的，也通通可以證明了。但基本引量的十成分，乃是一種純粹的記號應用法。這個記號的成效，所以如此高大，因爲他是由認，知，意，三識所組合而來。若就相對論學說談起來，他是組合主觀，物觀，時間，空間，物質，物力，爲一體呢。

項得數明明是從新創造出來！他有價值與否全靠於事實的證明。（參看下假設式）就此看去，可見用組織法所得的結論，不是似舊式邏輯的，僅有一個，他可有許多個的同時也就可得到許多新的意義了。若就A的反面a（代替了）為主位組織起來，也可得了八式

如下：（其小寫字母b c d代替B C D的反面）

- DCBa(1)
- dCBa(2)
- DeBa(3)
- deBa(4)
- dCb^ea(5)
- dCba(6)
- Deba(7)
- deba(8)

，無動物了，a b c d

除了從組織法中得來的狹義的創造法之外，尚有他的本身意義，即廣義的創造法，他是藝術方法的一種，乃屬於藝術方法的第三種，即是：

(3) 藝術方法，是以創造的妙諦去泡製經驗與描想的方法。

凡一事的創造雖不能從無中忽然而有，但他於由科學所得的經驗與由哲學所得

若把上八式與上頁的前提對勘起來，僅有第七第八二項，不與（相滅）的公例相矛盾，這是說，除無機物，非植物，與非動物外，尚有屍體等氣的存在，（a b c D）。也可說無屍體等氣，就無有機物，無植物

以，他。僅。求。記。號。組。合。上。的。和。協。與。普。遍。，。同。時。即。能。得。到。外。界。上。和。協。的。事。實。與。普。遍。的。意。義。了。

就上說來，組織法中已含有創造法。再以下式參考起來更足證明。例如：A 等於有機物，B 等於植物，C 等於動物，D 等於含有炭，輕，養，等氣。我們的前提有三；(1) A 或 B 或 C，(2) B 必定 D (3) C 必定 D 今把他們組織如下：

DCBA⁽¹⁾
dCBA⁽²⁾
D cBA⁽³⁾
d cBA⁽⁴⁾
DCbA⁽⁵⁾
b CbA⁽⁶⁾
D cbA⁽⁷⁾
b cbA⁽⁸⁾

但上式的第七第八兩項與第一前提相矛盾；第二及第四兩項與第二前提相矛盾；第六項又與第三前提相矛盾。所以他僅有三個得式；即 ABCD，ABcD，AbC

D。這是說：有機物，當時時必有炭輕淡等氣的。又在 ABcD 一項，乃說有機物是植物質；在 AbCD，乃說有機物是動物質，彼此均說得去。可是在 ABCD 一項上，乃說一種有機物，是動物質，和植物質的，似乎與第一前提相矛盾。但有機物上，確有一種物，不是動物，也不是植物，乃是一種介於動植物間的混合體。這

項得數明明是從新創造出來！他有價值與否全靠於事實的證明。（參看下假設式）就此看去，可見用組織法所得的結論，不是似舊式邏輯的，僅有一個，他可有許多個的同時也就可得到許多新的意義了。若就A的反面a（代替了）為主位組織起來，也可得了八式

如下：（其小寫字母b c d代替B C D的反面）

DCBa(1)
dCBa(2)
DeBa(3)
deBa(4)
dCb^ea(5)
dCba(6)
Deba(7)
deba(8)

，無動物了，a b c d

除了從組織法中得來的狹義的創造法之外，尚有他的本身意義，即廣義的創造法，他是藝術方法的一種，乃屬於藝術方法的第三種，即是：

(3) 藝術方法，是以創造的妙諦去泡製經驗與描想的方法。

凡一事的創造雖不能從無中忽然而有，但他於由科學所得的經驗與由哲學所得

若把上八式與上頁的前提對勘起來，僅有第七第八二項，不與（相滅）的公例相矛盾，這是說，除無機物，非植物，與非動物外，尚有屍體等氣的存在，（a b c D）。也可說無屍體等氣，就無有機物，無植物

的描述後，確須下了一番泡製的工夫，然後纔能得到創造的效果。經過人們下了泡製工夫之後，舉凡一切的事實與描想皆能由一種記號去代替與表示。故創造法是以描想爲體，經驗爲用，而又須以記號爲輔，今稍爲論列如下：

先就描想說，他有一個大綱，卽凡一事情的主張與一公例的成立，均有正面，反面及正反組合面上的可能，這個叫做『自由選擇』的大綱。例如：以地是不動的爲正面，那麼，此外另有地是動的一個反面，與地也是靜也是動的組合面的存在了。又如以『地吸月』爲正面，我們也可主張『月吸地』的反面，與地月互相吸引的組合面了。就大綱上說，描想既有如此的自由選擇了。若就作用上說，描想在創造法上尚有第二個的特性。因爲他知外界的事情和物象的公例與真理不僅是一個的與一面的絕對。所以他能預定一個目的，一個志向，一個希望，去創造實現許多方面的道理的。例如柏拉圖先有了一個「理想的公道觀念」爲目的，他就於現有的政體如君主，貴族及暴民外，創造他一個不朽的共和國制度出來了。所謂公妻，公子

共產，公共教育，以及政治，軍事，職業，等等的分配，都是從這個公道觀念的模型所印鑄而成。及到近世歐洲的人，也因為有這個公道做目的，所以爭人權，爭自由，爭平等，爭共產等等活劇也隨此而生。大凡人們能夠有新事美，全靠他的描想上常有一個新的目的爲嚮導。卽如最固定式的數學，也是常受人們些新描想的影響去變動進化的，在昔來尼士先有一個「綿延」(Continuity)的主見，然後纔有微分數的發明，這也是一個最好的證例呢。由此看來，立定一個目的，實爲創造法不可少的準備。但既有了目的，描想上又須再進爲第三步的發展，纔能實現出一個整個的創造法。這第三步，卽是對於前提上的命題，乃取命令的態度的。因爲由實指的命題，所推論的，僅是事實的發明；而由擬議的命題，所推論的結果，也不外是一種不完全的創造，他尙要回顧事實上究竟是否相符。可是，命令的命題，有時也須用事實，但他所求的僅在事實的意義，不在其物質。並且有時遇到無事實或事實不足用時，他也能問了目的所要求的方面去創造一些新的材料。綜而言之，描想在

創造法上有三種作用：第一，他有一個自由選擇的大綱；第二，他有一個預定的目的；第三，他能利用命令式的命題。

其次，論及『事實』在創造法上的作用，與在別種方法上，也有大不相同的地方。究竟，由經驗上所得的事實，都是零碎的關係。但創造法所追求的，乃從事實整個上去留意。凡把事物零碎上的互相關係看起來為一種現象，（即歸類的概括）若把事物融合處的互相關係上看起來另為一種現象。（即整個的總括）前的，則屬於經驗等法所求得的公例。後的，則屬於創造法所得到的定則。其次，創造法看事實不是如經驗等法的注重他們「相同」一方面。他是偏重「推似」一方面的。例如：推鳥飛的相似，創造飛空艇，推魚潛的相似，創造潛水艇之類。這些新事情的成立雖不是從無而有，但確是由似求同。所以他是創造法的一種結果。末了，事實_{在創造法上的}第一三種作用，不是一定要有實在的物件，他容許僅是一種理想的或記號的表示。這個與上所說的命令的命題有相因而至的必要。因為命令的命題上，所採用的材料，原

不必去拘束他是不是實在的事實。他所要考求的，是把這些材料（或實在，或理想，或假設，或抽離，）作爲一種根據，以便從他去建設和創造。如果他能建設得齊整美滿，這些材料無論是何物，自然皆有充分理由的存立了。

我們在上頭既已說及描想與事實在創造法上的特別情形了，記號一層，當然有同時論及的必要。記號在創造法上的應用也有三項（一）爲思想的引導；（一）爲建設的工具；（一）爲普遍意義的代表。無記號的借助，則思想不能擴張。無記號做工具，則建設無從下手。無記號爲代表，則一切事物的意義不能普遍。但記號上，在創造法的演式，格外與在別種方法上不相同。他是活動的，乖覺的，能去創造新意義與新事情的。

我今與其從虛空處討論創造法，不如就邏輯上去舉例更爲切實。在創造法的演式上，應當先知的有二式：（1）爲離合式與經驗；（2）爲假設式與證明。這二個式可爲創造式的先鋒，的助手，他與創造法極有關係的。

今先論離合式與經驗——他是「一種『事實的命題』：如『人類或善或惡』；『書籍
或有益或無益』之類。他的演式，依舊時說，爲

或B或是A
但B是A
以所不
C是A

這個式叫做「以肯定推論否定法」。拉丁語是 *Modusponendo tollens*；例如說：自由是好的或壞的；但自由是好的；所以自由不是壞的了。另外，又有一式叫做「以否定推論肯定法」。

拉丁語爲 *Modus tollendo ponens*。其式爲：

或B或是A
但B不A
以所不
C是A

例如：人性或惡或善；但人性不是惡的，所以人性是善。這個式與三段式的規則不同處，是中段如爲肯定的，則結論必是否定；反之，如中段爲否定，則結論必爲肯定。

但上所說的舊法，尙未能完足「離合式」的意義。若我們用 *Boole-Jevons* 的推算法演式起來。則爲：

C B A
 c B A
 C b A
 c b A

—— 若以 A 代人，B 代善，C 代惡，以 b 代非善，以 c 代非惡。

那麼，我們對於上所推算的四式，皆可解釋他含有一種的意義。如在第一項則說爲：人是善惡混；第二項，人是善的不是惡；第三項，人是惡的不是善；第四項，人是非善非惡的。這些意義均說得去。可見舊式的僅有一個結論，與此相形之下，未免過於偏窄了。由此也可見這個新式與創造法有密切的關係。因爲他由所有的式中可以得到許多意義。但離合式的判斷上，須要從經驗上入手纔得。例如上所說的四個意義，究竟那一個與人性相對。除非從實驗上，把人性研究起來，就不能有切當的答覆了。因爲他要從經驗上去證實，所以離合式僅是創造法中的起點。故現在於離合式外，應當說到與創造法更有關係的『假設式與證明』的一個法子。

『假設的邏輯』，極爲近來學者所重視。因爲他除含有舊式的邏輯外，且有時於創造上極有重大的貢獻的緣故。若要知道此中的詳細處，可以參看 H. Gotlob 先

生的 *Traité en Logique* 一書，及羅素的許多著作。今從撮要處說來，假設的邏輯是一種「擬議的命題」，如說，「假設某甲是人，某甲必死」；「假設國體是真正共和，人民必有自由等幸福」，之類。他的命題上分爲「先容」Antecedent 與「接合」Consequent 二項。例如在上說的「假設某甲是人」，則爲先容；「某甲必死」，一句話，則爲接合。接合的意義是與先容的互相關係而成，可以說他是足成先容上未完了的辭句的。就他的格式說，約有三類：(1)先容與接合的名詞是各不相同的，如 A 是 P，C 是 Q；(2)先容與接合同一樣名詞的，如 S 是 P，S 是 Q；(3)彼此的名詞雖同樣，但是泛指的，如 X 是 P，X 是 Q。現先說他第二類的特別處：

假設 A 是 P，A 是 P，
 但是 A
 以所 A
 Q 是 A

這一個叫做肯定式

假設 A 是 P，A 是 P，
 但是 A
 以所 A
 P 是不 A

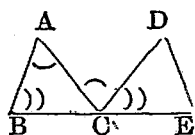
這一個叫做否定式

在這種演式上，應當留意者：凡肯定的，必在先容句上；凡否定的，必在接合句上。如犯這個規則，必至弄出錯誤。例如在第一式的肯定上說：假設一個人是吝嗇的，他必不肯出錢去做好事，這是對的。但如說一個人不肯出錢去做好事，他必是吝嗇的，這是錯了。因為他或者有許多旁的緣故，使他不能出錢去做好事也未可知。這個叫做「肯定接合句」的錯誤 (The fallacy of affirming the Consequent) 別一方面，如若去否定那先容的句，則又犯了一種「否定先容句」的錯誤了。(The fallacy of denying the Antecedent) 例如：假設一個人不是吝嗇的，我們不能推論遇有好事時，他必定肯出錢呢。

在上這個先容與接合俱是一個相同的名詞的假設式上，乃是考求個人或個事的特別固定的狀況，所以對於他的證明，惟有從特別的事實上去討論。至於假設式中的第一類比第二類更有用處，他是先容的名詞與接合的名詞不同，因此，他能在事物中彼此相關係的方面，求出普遍的概括的公例。如說：假設熱度增高，則體積必

擴大；假設教育佳良，則人可變善之類。他所研究的，不在上句與下句分開上的事實，乃在這些事實相關上所表現的一種現象的公例。這個就是假設式比較舊時「實指的演式」法不同處，也即他比較舊式的有利益處。至於假設式的第三類為泛指的名辭，他可改易為第一類或第二類的用法，恕我在此不去贅述了。

假設式的應用，據我師 Golof 先生所說，是為一切算學及科學公例上發明的根本。因為無論何事情皆可先假設為什麼意義，然後用證明法去證明他是不是。例如說，假設三角形的三角是等於一百八十度的，現在要知道的，這個假設是真或假，所以證明法在假設式上為不可少的手續。試畫一個三角形 ABC 如下：



今在 C 點上引一與 AB 平行的 DC 線，那麼，依幾何定例， DCE 角與 B 角相等， DCA 角與 A 角相等。但在一直線上的角度是等於百八十度的。所以 ABC 三角的總數，也等於百八十度了。

在這個假設與證明法上，可以看出他與創造法極有相似的性质

實：(1)因在假設式上是選擇二個物上無窮數的相關中的一個，以爲假設的標準。(2)在證明法上，也是於無窮方法中選擇一個爲根據。既假設一件事於前，復假設一方去證明於後，這些假設的思想與手續，皆是創造法上不可少的條件。

現在應當說及「創造式」與離合和假設二式不同處的地方了。他與這二個式固然有些關係，但他另有他的特別的「建設方法」。他的前提爲命令的命題：例如在「非歐几里」的幾何上，是命定空間爲球面形，同時也就命定線是曲的不是直的了。由這樣命題去建設 *Riemann* 的幾何，則三角形的三角乃大於百八十度了。又由這樣的前提去建設 *Lobachevsky* 的幾何，則三角形的三角乃小於百八十度了。

究竟創造式與別種演式不同處有三：

(1)他的前提不是事實的，也不是擬議的。因爲以事實爲依據，乃是實指的不是命令的了；又以擬議爲基礎乃是假設的，也不是命令的了。命令的命題的妙用處，就是思想對於外象先具有一個目的觀，命定他必是如此的。及後，他全靠建設上的

巧拙優劣去證明或經驗所命令的與所推論的是否相符。假如他能夠成立一個極優美的建設法，就不怕結論與命題上有互相衝突^B地方。因為自己既依了一個目的，與立了一定的建設法，去創造一個系統。那麼，在自己的系統上，總是「持之有故，言之成理」，斷不會自相矛盾了。例如。在歐几里的幾何上，他有他的系統，故他有他的世界觀與測量法。又在非歐几里的幾何上，他有他的系統，故他也有他的世界觀及測量法。人們不能說誰是錯，與誰是對。實則，在誰的系統上，就生出誰的道理。把誰的系統上所說的，轉入別個的系統上必生錯誤。但苟知道他們二個系統上不相同的條件是什麼，若由這個移入那個，僅把他們彼此的條件相關係上一行交換，則這個的系統，可以變為彼個的系統，彼此互相通用而無阻礙了，非歐几里的幾何，可變為歐几里的，即是這個道理。

(2)創造法的演式與別種演式上的不同處，(一)他無定式的，他有時用歸納法，有時用演繹法，有時用推算法，有時則用離合和假設法(二)他所注重的是建設

式。這個式雖是上頭所說諸法的總名，但他的特別作用上是求整個。方面的建設。例如柏拉圖的共和國及康德的純理批評二本書，他們各人各在本書上，把他所預定的計劃，完完全全從整個上去建設，不是從支節處去敷衍。故在這二本書上，如抽去一部分：或改易一意義，即不能恢復他們的全形，並不免與本義有虧損及原意有參差了。大凡一個系統的建設，首尾必須貫串，各面總當一致，加一項即過多，減一事即太少。所謂恰恰到好處，所謂仙女製衣無縫可尋，大娘舞劍器無隙可入，精密的建設法也當作如是觀！

(3)創造式所用的記號，是描想的代表，是事實的射影，是普遍的意義。換句話說，在創造法上，描想，事實，與記號相合而成爲一種概括的表象。因爲在此層上，描想即記號，記號即描想，事實即記號，記號即事實。例如算學家的創造「綿延」一個觀念，他們對此所能爲力的是從記號去描擬，不是從事實上去用功。因爲從事實去求出一條有限的線，是由無窮的點所合成，這個實在不可能的。倘如我們

從記號上去描擬一條線上，分開爲二段，分開處當然有一共同點。這點即是此段到彼段綿延連接的交界點了。但這個點成立的可能，不是從事實去判斷，事實上不能給我們知道二線的交界是點，也猶我們不能知道這個記號「 ∞ 」最末了的數是什麼。究竟這個點的成立，乃人從二線交界上描擬他們的線形，逐漸變薄，薄到線無廣時，他們所組合的點當然是無積了。那麼，他們的交界僅有一點，因爲這點是無積的，所以再不能分開他爲二了。又因薄到點無積時，則一有長度的線形，當然充滿無窮的不能算盡的點，并且點點是一樣，點點是密接，不會在兩點的中間有別種物去隔開了。（凡有積者，皆可隔開，今這些點既無積的，所以不能隔開。）故「綿延」的觀念及「無窮」的見解能夠成立，全靠了用記號的意義去創造的緣故。

總之在這個譬喻上，已足見出凡精微的建設法，須要靠住記號爲工具。事實到此固然變爲記號；（如點無積，線無廣等）即描想上，也惟以記號爲憑藉。因在此上，記號即是材料，描想是不能離開材料的，所以他不得不依靠記號了。末了，我們應當明白記

號所代表的是普遍的意義：（一）因他是抽象的，所以能爲各種具象的事實所共同的表象。（一）因他是各項總合上的說法，所以他能概括各項的分個。（一）因他從最高上去解釋，所以同時，他能解釋分類上的矛盾。例如綿延的記號，當然是抽象的。其次，他能解釋物理上，感觸上，各種不能綿延的理由。（如一手舉十斤重，並不見與前有差異，必待至舉十二斤時纔覺延，所以見出從感觸上是無法解釋綿延的。）末了，他是依數理上所用記號的道理，一步一步的去推論，所以他在自己所建設的系統上，不獨彼此不相矛盾，並且可以去解釋一切所有相關係上的現象，所以他是具有一種普遍的意義的。

以創造爲主幹去泡製經驗及描想所得的材料而創造一個新的系統學問，這個系統在「抽象的學問」上如算學幾何等，當然是可適用的。因爲抽象的學問，本來沒有固定的限制，常隨智識的進化去規定的。但一論到具象的學問上，如社會學等，就不免生了許多人的懷疑。古來許多理想的烏托邦，不能見諸實行，似乎爲創造法無大用處的鐵據。實則所謂烏托邦，如柏拉圖的理想共和國等，雖然是與現在的社

會不能適用。但安知後來進化的社會，永久不能實行這樣制度嗎？再退一步說，即使事實上終久不能完全達到，但理論上不可無一個完善的標準，使事實上向了這個理想的目標去進行追趕的。若能使他時時有幾似處的達到，算是理想上極大的成功了。其次，具象的材料雖要靠住實在的事情，但同樣的材料，原可用建設法去造成許多不相同的情狀。故創造法不受實在材料的束縛，在抽象與具象上原是彼此相同的。所異處，在抽象的學問上僅使人改易眼光，就能了解一種系統上的觀念。但在具象上於改易眼光外又當使人改了行爲，纔能實現了新的事業。譬如在幾何學上，如人肯採非歐幾里幾何的觀念，即時就可明白新形學。但在社會學上，如對柏拉圖的理想國，不僅要懂他，並且要去實行他的主義，然後始能把他的理想成爲實現呢。由此說來，創造一個系統，無論在何種學問上均是可能了。（或問，如此說去，武斯斯的主觀範圍了。實則，這個創造法，不是神祕的因爲他必靠所命令的條件去建設的。也不是武斯斯的，因爲他所命令的命題，須待後來的建設法去充足他的充分意義，纔能成立。末了，他又不是主觀的，因爲他所求的是系統的相關，即是一個系統對住別個系統，研究他們並相峙立的理由。或又問，一個宗敎或一派的學說，如能建設他的系統，他們就有存立的價值了。我對此層當然承認。但他們應知別派的學

意志的創造。藝術方法統在使這三端怎樣達到於最美的表現。一切思想如無法使他表現，則斷不能發育生長，勢必至於退化消滅。進一步說，無表現即無思想，凡思想終要表現於外的。美的表現在情感方面的爲『美的語言文字』；在理智的則爲『美的符號』；在意志上不離了社會上各種『美的制度』。今當於下論及：

(4)「藝術方法，是以表現的效能，去貫通零碎與整個的方法」，一回事了。現先說情感的表现。

(1)情感表現的狀態固極多端：或眉語，或意傳，或手舞，或足蹈，以至哭泣歡呼與夫一切驚疑祝望的狀態皆是表情的一種。但這些都是不完全的表情。惟有語言文字纔是美滿的表情。故要使情感達到美麗的發展非從『美的語言』與『美的文字』二項上用功夫不可。先就語言說，他是思想一部分最重要的代表。因爲思想雖有三種的不同——情感，理智，與意志，——但情感一方面的思想最佔重要，其正面的代表即爲語言。故我們可說人們若無語言就無思想。又可說人們的語言程度到什

麼，思想也達到什麼的程度，由此可見要求美的思想須先考求美的語言了。

語言是思想表現於外的一種藝術，思想是一種腦內說話的習慣。習慣當然可以由藝術去養成的。就養成美的語言的習慣說，第一須要盡興說話。凡愈肯說話，愈會說話，同時愈能養成好思想。反之，愈羞羞澀澀的，愈吶吶不能出諸口，愈使思想上感到枯索的苦況。但盡興說話，不是亂七八糟的，乃是句有句法，章有章法，又須聲音，態度，各臻其妙。美的語言的第二條件，則在相題發揮；或用詼諧，或取壯重，或如短劍的相接，或似長江的浩瀚，痛痛快快，適可而止，不可吞吞吐吐取人討厭。至於第二條件，則所言者須語語出諸肺腑的熱誠，不可裝腔做勢，弄假欺人。（不講究美的言者，勢必語言無味，這何可忍，感可恨的是一班人專門打官話，及守多疑頭少說話的惡習慣。以致情感弄到消滅，思想弄到混濁了。）

與語言立於同樣重要地位的為文字。文字一面是補助語言之不足，一面又有他獨立的作用。美的文字，乃是一種情感的代表，與思想的射影。當其與會所至，字字從心頭灑出，「由景生情，由情生文」這便為美文，至於一味彫鑿堆砌，簡直是

文字的苦事！

要之，思想關於情感方面的發洩，或爲無聲的文字，或爲有音的語言。就其本源即從情感發洩時說起，語言文字極其簡單苟陋。及後經過藝術方法一番的功夫，其語言文字漸趨美麗，情感與思想也漸趨於美麗，美麗到如一部紅樓夢，或如一部西廂記，這其間可做千萬字看，也可作一個字讀；雖似是拉拉雜雜寫出來，其底裏確有一條不紊的線索爲全書的樞紐。故以表現的方法使零碎與整個有交相的作用者，纔算極語言文字的能事。並且，由語言文字的滋蔓，同時生長了許多新情感及新思想。故就源頭說，由情感與思想而生了語言文字，但就後來說，從語言文字反能創造情感及思想，這可見語言文字的重要，人們值得下死工夫用藝術方法去研究了。

(2) 思想第二種的表現，乃屬於理智的範圍，是爲各種科學所用的符號：如數目字，代數式，幾何形，天文圖表，化學符號，博物學的標誌等等之類。符號的作用如橋梁一樣，可以溝通理智的道路。美的符號即是一種最利便的工具，各科學得

他後，可以向前進行工作。例如數目的根本符號不過十個，而可以推演一切至繁蹟的數理。總之，科學家之於符號，恰是名畫家之於丹青一樣。畫家藉了些顏色變化的點綴，而能表現出一切的色相。科學家利用些符號，就能組織成各種科學的格式，如代數式之類。由是說來，科學即是符號，符號即是理智的代表。因為理智全靠符號的組織，故理智的思想，一面，比情感的較有條理可尋，並且較為切實可靠，由是一面又見理智比情感較為機械式與較為不靈通了。再進一步說，由理智所得的思想，不如由情感所得的淵深，語言文字的進化是無窮盡的，而符號的演變是有一定的限制。

美的符號，是靠住眼光銳敏，手腕靈通，去取得的。符號恍似一種圖畫。科學家的眼光及手腕，常如名畫家一樣的靈捷，眼見什麼即能由手去畫什麼。眼銳手靈故能測量，由測量纔有算學，有幾何，有天文。眼銳手靈，纔能觀察與經驗，由此纔有物理與化學。眼銳手靈，纔能比較，由比較纔有生物學與社會學。大概說來，

眼銳手靈的人，纔能得到符號的利用與理智的成功。

在此層上，我們時常見得那些用科學方法者，乃看各種科學是分離的，而那些用哲學方法者則視一切科學為一個整個。可是，凡採用藝術方法者的態度就不同，他乃於每科學中都能認出整個的智識來，即是於零碎中而能求出整個的妙用。

(3)說到第三層的思想叫做意志，他也有一種表現的記號。凡宗教的儀式，政治的組織，法律的條文，經濟的分配，風俗的習慣，與道德的觀念，等等社會的制度，皆是一種意志的表現。這些意志的表現，一邊全靠於「衝動」，一邊全靠於「實踐」。意志是起於衝動而成就於實踐的。故養成「美的衝動」與「美的實踐」為求到一切意志的表現的重要條件。其衝動與實踐為信仰的，則成宗教的制度；為組織的，則成政治的制度；為約束的，則成法律的制度；為利益的，則成經濟的制度；為傳統的，則成風俗的習慣；為善惡的，則為道德的觀念等等。由這些制度的表現，使人類的意志得以存留與進化。

於此，我們須緊緊牢記着，科學，哲學，與藝術，三家的眼光對於這些制度的考察各各不同：例如用了藝術方法的社會學者或社會家，對於這些制度，一面，都有單獨具體的研究，別面，又須有併合做一個全體建設的必要。不是如「科學的政治家」一項一項的去用功，也不是如「哲學的實行家」一概含糊地去建設。

思想一物在意志上算是極神祕了。但我們由人類的衝動與實踐所表現的制度去考究而能得到一切意志的底蘊。他如情感與理智既然也都可以用方法去表現出來；那麼，這三種表現的成績如何，究竟全靠於藝術方法的優劣。誠能使人們如音樂家與名畫家一樣的才幹，把一切聲音及形色都能精微地表示出來，則任憑世界上怎樣奧秘的事物都可維妙維肖地求得，這豈不是藝術法的大成功麼？這樣藝術表現法的作用有四：（1）他能把情感，理智與意志三面的思想赤裸裸地拿出人瞧，使人知道思想是什麼形狀，由此可用方法去養成他發展他。（2）他能使思想得了一些藝術方法後，（或語言，或文字，或符號，或制度等項的藝術法）格外改良進步，以求達到於至美的地位，（3）他

能使人得這些藝術方法後，極有把握去創造新思想，即能由他去創造新感情，新理智，新意志。(4)最緊要的，他能把零星的思想，聚合爲一串的整個。

總而論之，一切思想皆以表現爲歸宿，故思想的究竟在於實行。因爲行爲即思想的表现，故凡能求得美的行爲者即能求得美的思想。美的行爲，是於千頭萬緒的思想中得到他的一貫的繼續。思想是變遷的，但美的思想於變遷中得到情感爲中樞，而使理智與意志相調協。行爲也是千變萬變的，但美的行爲於變遷中也以情感爲主動而求理智與意志的合作。美的行爲家有如跳舞家一樣，步步是自己創造的，但步步是協合拍奏，步步是獨立的，但於進行中自第一步至最終步總合爲一線繼續連接的表现。這個『整個行爲』的表现，即是『整個思想』與全人格的表现，藝術方法即在使一貫的行爲怎樣能去表现萬殊的思想。這個藝術方法與科學及哲學不同處：科學方法偏於零碎的分析，哲學方法重在整個的總攬，但藝術方法則在使零碎與整個貫通爲一的表现。例如一篇好文章，一面看去，是由許多零碎的字句所綴

合；別一面看去又是由一個整個的意思所呵成。實則文章的妙處不在字句與意思的分離，而在零碎的字句能夠聚合爲一個整個意思的表現，與整個的意思能夠從許多零碎的字句去發展。這不過論文章的妙處而已。推而論及思想上一切的問題，皆不外這樣表現的效能爲中樞，即凡思想上能夠達到『萬殊一貫』與『一貫萬殊』的表現，則情感上不怕無充分的發洩，理智上不怕無完善的組織，意志上不怕無美滿的創造。並且得了這樣的表現之後，情感，理智，及意志，當然能夠組合爲一個整個的和美滿的思想了。

第二節

極端的情感——極端的智慧——極端的志願

前節乃專為精神的表現於思想一方面說的。但『精神』這個意義常被人所誤會為靜止的，消極的，及一種不可思議的概念。這樣的精神生活當然是印度式及中國式與歐美的宗教式的了。這樣極醜惡的精神生活當然為我們所反對了。我們所要主張的乃是一個生氣蓬勃向上積極進行的精神生活，一個極切實與美麗而無神秘的精
神生活。今從他的分部說來則有二類（一）心理上的精神生活，為本節所要說的；
（二）宇宙觀上的精神生活，則留在下節去討論。

本節所要研究的在求精神生活如何於心理上得到最美的地位與用力少而收效大的成績。依我意見，惟有從極端的情感，極端的智慧，極端的志願，三項上去講求，纔能得到我人心境上的美麗，與成績的鉅大。本來，人類對於情感，智慧及志

願，都要取極端的態度去發展擴張纔能滿足的。但因環境的束縛，身體的限制，及判斷的差謬，以致人有要求其極端而不能者，或則甘於自足而以不極端爲極端者。例如：以飲食說，人於饑渴之後，總要得到極端滿足的飲食而後快。但每爲貧窮所困迫而不能得到充分的食料，或因身體不康健而不敢盡量去吸收。其在前的是困於環境，後的則厄於身體，以致人不能從他的極端態度做去，實在大拂逆了人的本性了。至於因判斷上的差謬而以不極端爲極端者。如以性慾說，世人都誤認性慾的極端快樂是交媾，而不知這樣的快樂是極微細，我在上『美的性育』一節上已說明此中之理由了。總之，人的本性是喜歡極端的，因爲極端，纔能把他的所有的，盡力擴充到於極大的境域而得了最大的快樂，因爲由極端而後覺得個人的力量爲無窮大，因爲用極端的方法而後用些少的力量，纔能得到極大的出息。可惜社會的制度，身體的構造，及判斷的作用，常把人的極端性摧殘，折磨，與壓抑，以致人們不能，或不得，或不敢，盡力去發揮他的極端性。不幸，又有一種荒謬的學說如中

士所謂「中庸之道」，務使人變成爲一個尋常人，好似牛羊般的人物，普通無奇，毫無半點出色，而後稱他爲得乎「中庸之道」！故我極希望我人須先要把社會制度打破，把身體構造得完好，判斷得到正確，又更要把那些無道理的學說剷除淨盡，然後纔能得到我人的極端本性。這個本性是極端的，是偉大的，是天真爛熳，浩然巍然的。凡能發揮這個極端的本性，便能得到英雄的本色，名士的襟懷，豪傑的心胸與偉大的人格。青年們！你們須知人有的生活，如能得到人的生活，立即死去，或竟夭折，或被殺害，皆值得的。如貌似人類，實同禽獸的苟活，則雖壽滿百而名遍天下，也屬極無聊的寄生蟲！你們須知人的生活莫如美的生活，美的生活，莫如能盡量發揮各人的極端情感，極端智慧與極端志願。極端發揮各人本性，自能於活動中享了安靜的樂趣，奮鬥上得了進化的妙境。一日未能達到極端的希望，卽一日尙未享人類生活的幸福，的美趣，的快感。一日達到了，則我人本性已經應有儘有的發展擴張了，這個所謂「能盡人之性」，便能成爲特別的人物了。故要養成爲特別人

物，不是難事，就在各人本身上的情感，智慧，及志願上極端去擴充，就能得到。

這個理由待我在下三段上借給一些影子，以備諸位有意養成爲特別人物者的參考吧。

(1) 極端的情感

人類本性，愛之，必愛到其極點，恨之，必恨到其盡頭，這些纔是真愛與真恨。愛之而有所不盡，恨之而有所忌憚，這些不透澈的愛與恨乃是社會人的普通性，但不是人類的本性。我嘗恨我國社會都是虛假敷衍，感情薄弱，於極長期間未嘗聽到一個真爲戀愛而犧牲，也未嘗有什麼真仇恨而廝殺。死的社會與死的人心原是互相因果的，這樣社會安能得到有特別情感的人物呢！我們由此更當特別注意養成極端的情感以提醒這個麻木不仁的社會了。先就極端的情愛說：凡戀愛的人對於所愛者恐有一種不可思議的樂趣在心中，好似有無窮的力量要從四面八方射去一樣。如被愛者是光，則用愛者即覺滿地包涵了光的美麗，和他滿身是光化了。如被愛者是

聲是電，用愛者即覺自己是聲化電化了，遇着什麼事都覺有一種聲與電的作用了。被愛者是用愛的天神與生命。真曉得極端的戀愛者覺得他的生命充滿了愛的甜蜜，一思想，一動作，一起一睡，都有愛神在其中鼓盪激揚。他的憶兆細血輪，輪輪有一愛情作元素；他的不停止的吹噓，次次有無數的愛神隨呼吸的氣息相出入。領略極端愛的樂趣者處地獄如天堂，上斷頭台如往劇場一樣。他似一個狂人瘋子，但他愈覺狂瘋化愈覺快樂！

怎樣曉得極端戀愛的人就能得到這樣極端的快樂呢？這個是因為極端戀愛的

人，一面享受了『唯我』的滋味；一面又領略了『忘我』的樂趣。由『唯我』的作用，覺得世界僅有我，僅有我能享受這個世界無窮盡的快樂。由『忘我』的作用，又覺得我不是我，小我的我已擴張爲大我的我了，擴張到和世界並大與時間並長了。『唯我』時，則世界上無一人能來分少了我一毫的愛情，而世界上一切的愛情由我一人領受。『忘我』時，則當我領略情感時，我並無我一回事，我已忘却我

了，我已與情愛併合爲一了。當唯我的景象時，我覺得『小我』上的極端快樂。當忘我的景象時，我又覺得『大我』上的極端快樂。當唯我變化到忘我時，我則覺『小我』已擴張爲無窮大的物了，我又覺得極端的快樂。當忘我變化爲唯我時，我又覺得『大我』已縮小爲無限精微的結晶品，我更領略極端的快樂。總之，因極端的情感，就生出了唯我與忘我二種景象於一切『小我』及『大我』變化上的各種極端的樂趣。這些妙理，人當然要等到會領略極端的感情時纔能完全了釋，我今姑舉不極端中比較上算爲稍極端的證例來談一談：

凡人初飲酒時不覺快樂，愈飲愈快樂，飲到微醺時更快樂，到大醉時，則極大痛快。這個即是飲酒愈極端時愈得極端快樂的證明了。又當其大醉時，他所以大快樂的緣故，即因醉者此時一邊覺得是『唯我獨醉，衆人皆醒』；一邊又覺得我已忘却是我，我已與酒醉的景象併合爲一，我此時把我的『常我』完全脫離，而與『醉我』新相結識別有一天地了。以言交媾也有這樣現象，所謂『劉阮到天台』此時劉

阮已非劉阮了，他是天台上的劉阮，不是先前人間上的劉阮了。但除了這個忘我的劉阮之外，確確切切的另有一個唯我的劉阮在其中獨一靜靜地領受世上一切溫柔的豔福。假無這個忘我的劉阮，自然更無那個唯我的劉阮，那麼劉阮未免等於癡愚的煞興。又假設無這個唯我的劉阮，更無那個忘我的劉阮，那麼劉阮又未免似那禽獸交尾一樣的糊塗。因有唯我與忘我陸續代替，起滅消長，所以常人覺得酒色中大有快樂在，遂奔馳爭競趨之如鶩了。

再說及冒險的樂趣，也因唯我與忘我的一個現象所致。我嘗與友數人在法國瑞士間的冰山上縱興遨遊。行到中途凹凸不能越過，遂下轉而行，忽低頭見萬丈深壑，橫在目前，脚稍一溜，就有碎身的危險。在此時候，一面，我覺得是唯我，因我全身靠諸足跟支持，屏氣斂息，不敢有一大呼吸的放縱；於精神上，也覺我所得的情感，此時分外真切，到現在寫此時，尚覺當時那樣情形儼然在我眼前。但別方面，我又覺得是忘我一樣，我的身體軟化了似變成爲冰山的冰與冰壑之水了，我的

精神已與地上一片白茫茫的雪景及天上一片光藍藍的雲色相混合而爲一了。我在這二個景象——唯我與忘我——突隱突現的交叉上，我纔知道冒險的人是以死爲玩耍，爲快樂的了。

上所取的例證，當然是極粗淺與不極端的事，但所得的快樂已足令人視死如歸了。若能領略真正的極端情愛時，其快樂更爲無窮量了。現再以極端的恨說，他也能使人得到極端的快樂。俠客義士，當其悲歌淋漓，覺得爲惟我纔能做這樣驚天動地的事業，這時何等痛快。但當其浩歌：「壯士一去不復還」時，又覺得我不是我了，他也有無限的痛快。總而言之，唯我與忘我，在極端恨的人的心目中所得的快樂當然非普通人所能領略於萬一。推而論及極端喜，極端怒，極端慈善，極端兇惡，他們都覺得有一種極端的美趣。這些極端感情的人，不但於本人上得到極端的痛快，並且於社會上也有極端的利益，社會所怕的是一羣牛羊似的人類把社會拖累到與禽獸同等低劣的生活。若懷有極端的情感者，自然是一個非常人，當然有一種非常的

行爲能給社會生色，人類增光。情愛的，慈善的，固當有一些極端的人物爲社會做柱石；卽仇恨的兇惡的，也不可無一些極端的怪傑以促人類的驚悟。我們不單要提倡『愛的主義』，並且要提倡『恨的主義』。愛固然是美，而恨也是美，況且，凡能極端恨者纔能極端愛，極端愛者纔能極端恨。一社會上不能單有愛而無恨，也猶電子不能獨有陰而無陽，宇宙吸力不能僅有吸而無推。由此可知宗教家的一味講愛爲偏於一端，而帝國主義者的一味講恨又未免失於所見不廣了。凡完全的人物，遇到可愛時當極端愛，遇到可恨時又要極端恨，總不可有『中庸』。爲社會計，也望有一班能極端愛者與一班極端恨者，總不可有牛羊似的人類！以理想說，極端的情感是使人心理上得到極端的美趣；以實用說，極端的情感又能使心理上用力少而收效則極大。這個有二種理由：(1)因極端情感的人必是感覺極端靈敏，思念極端專一；(2)因極端情感的人必能把唯我變成忘我，又能把忘我變成唯我。現把上第一理由先講。

極端情感的人必是感覺極端靈敏，思念極端專一，所以於極細微的感覺中就能

變爲無窮大的情感。現就端極的愛情說：凡戀愛者遇見了愛人的一手帕，即足以引起了無窮盡的情感而可以做成一部『詠手帕』的情歌。祇要愛人的眼角一轉，腳踪一傳，就能使用愛者生出了無限的風塵；而可以生，可以死，可以歌，可以泣，的一切離奇古怪的行爲與夫驚天動地的事業也都緣此而起。總之，極端用愛者的感覺是靈敏的，他能於一細點看出天來大，又常能於無中看出有，於有中看出一種格外生動的色彩出來。他的思念又是極端專一的，故能於極複雜的現象中得了一個整個的系統；而一切情感到他身上便如電氣似的相吸引，只要一星原力，就能變成千萬倍大的作用了。

又凡極端情感的人必能把唯我變成忘我，又能把忘我變成唯我，所以他於心理上其用力少而收效大。今從唯我變成忘我上說，這個即是把小我的情懷一變而爲大我的擴張，此中心理上的出息極爲鉅大。例如孔德把他愛情婦個人的心懷，推廣而爲人道教上全人類的博愛，即是這個意思。凡由愛己而推及愛家，愛國，愛社會，

愛宇宙，都是由小我的擴張而成爲大我的作用的。反之，由忘我而變爲唯我，卽由大我而結晶爲小我時，這個是『萬物皆備於我一身』的意義，只要我情感一動，就覺天地間的情感一齊奔湊於我心坎之下聽我使命一樣，相傳亞博洛神笛一吹，萬方神女與仙童一齊響應，能用極端情感的人，確有這樣偉大的魔力哪！

以上所說，可見情感中以極端爲最美與最有效用了。實則極端情感的好處，尙能由他生出極端智慧與極端的志願，這些理由待我們在下頭去分論。

(2) 極端的智慧

就粗淺說，智慧可分爲三種：(一)認識，(二)見識，(三)知識。認一物爲玫瑰花是爲認識，及後見其物而知爲玫瑰花是爲見識，一班普通人皆有這二個智識的。於無花時而能推知玫瑰是何形狀，屬何種類，有何作用，與何意義，這是『知識』，惟科學家纔能得到。但這樣普通的與科學家的智識尙未能得到智識的深微。我們由是再進而求哲學家的『智慧』。智識重於經驗，智慧重在領悟。智慧是於認識

外求認識，見識外求見識，知識外求知識。智慧，一面是認識，見識，知識，的綜合物，一面乃是超認識，超見識，超知識，的超象品。故智慧須經過認識，見識，與知識，的訓練，而又要超出這些現象，專從於事物的底蘊上去探求。所以智慧是情感的物不是理智的物了。這個理由是智慧全靠於領悟，領悟不是從外來，乃從中心而出的。由此可知無情感的人，對事對物都是中心『空空如也』自然不能領悟了。由此也可知凡有極端情感的人，就能極端領悟，即凡有極端情感的人，同時也是極端智慧的人了。例如極端戀愛的人纔能得到極端戀愛的智慧，即如英雄豪傑的學問都從他們熱烈的情感所得來的；極端懷恨的人，纔能得到極端仇恨的智慧，又如奸雄惡徒的智識常極高出於常人，也由他們的情懷與人特別不同的結果。推而研究一花一草一禽一獸一聲一電，必要研究的人對他有一種特別的情感，然後纔能領悟其中的理由。我們應知道純粹以理智去研究學問，所得的最多不過是一個普通的成績。若以情感為思想的主體，及為心靈的活動力，再輔之以科學與哲學的方法，其所得

的效果當然非常宏大；柏拉圖之於哲學，釋迦之於宗教，丹德之於詩歌，加里肋啊之於動學，牛頓之於吸力，愛斯坦之於相對論，這都是『一片純是光影，一片純是遊戲，一片純是白淨，一片純是開悟』。至於老之於道，孔之於仁，墨翟與耶穌之於博愛，達爾文之於進化論，這些皆是一半領悟，一半執滯，所以未能完全成功。

領悟，不但於智慧上有無限的裨益，即於心理上的美趣及實用上的便利，更是非常宏大的。凡領悟的人極端美趣。愈極端領悟之人，愈覺得心中極端的美趣。領悟者於一切事的研究皆看做藝術，自然免有枯燥的痛苦。且他與『用力少而收效大』的大綱應用上有互相關連。領悟的人於極微細中看出有極宏大的作用，如牛頓之於蘋果下墮，加里肋啊之於懸燈搖擺，就能推及於吸力及動力諸種道理的精深。

總之，要求極端的領悟，須要有極端的智慧；要求極端的智慧，須要有極端的情感。就本原說，情感與智慧同是一物，即是生命上的一種擴張力。諸位也知蝶蠶殺螟蛉的事了。蝶蠶爲愛其子的生長，而能發明一種『蒙藥』遂用其蜂螫以灌其毒

於螟蛉的腦髓，使其醉而不死，活而不動，以便爲小蝶羸生鮮的食糧。我由這例而推出凡由一種情感的作用，即能產生一種的智慧用以達到他情感上所希望的目的。所謂人類的科學知識不過把那些由情感所發明的智慧未完全處再去發展而已。但智慧所以未完全，乃由情感未極端的情故，把情感發達到極端，則智慧自然也達到於極端，到這個地步，科學已不能再贅一辭了。

(3) 極端的志願

由極端的情感，同時達到極端的智慧，同時也達到極端的志願。無情感的志願則爲『盲願』，如一味衝動無目的者之類。或爲『迫願』如饑要食渴要飲之類。或爲『誘願』如爲利祿所動，就去執鞭奔走之類。以上三項皆不是志願。真的志願卽『情願』卽由自己情感上覺得純由自己願去做的。推而論之，凡有極端的情感者，就能有極端的志願，例如：極端戀愛的人必能死生不渝，危險不懼，一直去達到他的戀愛的目的。極端仇恨的人，必一定百屈不撓以達到他報仇的志願而後已。反之，

凡有極端志願的人，同時必是極端情感的人，於此可以見出情感與志願是一件不是二物了。

極端志願的人必定是剛毅果斷，所以他無疑惑猶豫的痛苦，而有痛快斬截的樂趣。這不但是美的，並且是用力少而出息大。極端志願的人的運用心靈，好似舵師的運用舵一樣，只要手指輕輕一轉就把億萬斤重的船變了方向了。遲疑猶豫的人常把許多精力白費於左思右想而無一可的中間。剛毅果斷的人輔之以極端的情感與極端的智慧，有如名將於戰場千軍萬馬中指揮如意，步步有着落，所往無不操勝算的。

由上說來我敢說若無情感爲中樞，則知行不能合一的。『行易知難』，與『不知也能行』，這些是孫中山先生極精微的學說，用以補救王陽明知行合一的流弊實極有益。究竟，中山學說尚有缺點處，則在遺漏知與行的根源是情感的一物。依我意見：情，知，志，是合一的。而我。看。情。感。爲。知。識。及。志。願。的。根。源。無。情。感。則。無。知。與。

行。有。情。感。自。然。能。知。與。能。行。知。與。行。的。程。度。大。小，全。視。情。感。的。程。度。大。小。為。標。準。故。愈。有。極。端。的。情。感，愈。能。得。到。極。端。的。知。與。行。例。如。喜。歡。飲。食。的。人。自。能。發。明。許。多。飲。食。的。味。道，同。時。自。能。去。實。行。搜。羅。飲。食。的。物。件。『燕窩』一。物，取。之。甚。難，其。值。甚。貴，但。因。中。國。人。所。嗜。好，遂。以。珍。饈。品。之。故，便。許。多。人。跋。涉。於。海。邊。石。巖。之。中。去。尋。求，并。且。於。廚。房。內。發。明。烹。調。他。的。方。法，假。設。我。人。無。口。腹。的。嗜。好，則。視。燕。窩。如。普。通。物。了，又。誰。肯。去。留。意。搜。羅。呢。推。而。論。之，一。切。學。問。與。行。為。都。從。我。人。一。種。情。感。所。需。求。上。去。發。明。與。進。行。的。情。感。即。是。生。命，生。命。即。是。情。感。生。物。與。無。機。物。不。同。處，就。在。生。物。有。情。感，無。機。物。則。無，所。以。生。物。有。生。命。而。無。機。物。則。否。故。養。成。情。感，——尤。其。是。極。端。情。感。的。養。成。——為。最。緊。要。的。事。情。粗。則。為。飲。食，男。女，器。用，服。飾，的。嗜。好，精。則。為。各。種。娛。樂。及。各。種。藝。術。的。表。情。皆。當。極。端。地。去。培。養。這。些。情。感。分。析。上。的。養。成。法，我。在。上。章。都。已。略。為。說。及。了。至。於。綜。合。上。養。成。的。方。法，一。在。使。各。種。神。經。靈。敏，一。在。使。意。志。專。一，一。在。領。略。唯。我。與。忘。我。的。作。用。例。如。我。要。愛。一。人。當。先。把。可。愛。的。條。件。綜。合。起。來，組。成。為。一。個。可。

愛的『焦點』，則我對此人當然極端的愛了。又如我要恨一人，當先把可恨的條件組成爲一可恨的『焦點』，則我對此人當然極端的恨了，

我前說人類本甚喜歡極端的，因爲人性本是極端的；因爲極端的利益處，一面使人得到極端的美趣；一面又使人得到用力少而收效大。但極端中又以極端的情感爲最美趣，與用力最少而收效最大，因爲他能把唯我擴張到忘我，又能把忘我結晶於唯我之中，因爲他能生出極端的智慧與極端的志願。心理力的最美處與最利便處的擴張方向，即是從極端情感，極端智慧，極端志願，的發展上看出，故我看這些的發展實爲人類心理上最好的擴張法。

第二節

美的宇宙觀(美間—美流—美力)

就精神力在心理上充分的擴張說來，則得了『內興』的生活，如我們在前節所說的極端情感，極端智慧，極端志願的發展即是。就精神力於宇宙觀上充分的擴張說來，則得了『外趣』的生活，在本節上所要說的美間—美流—美力，即是。我前說人類擴張力有五種，起於職業，科學，藝術；次為性育與娛樂；第三為美的思想；第四為情，知，志，的發展；到宇宙觀，則為最後的一件事了。這五種擴張力分別為五，合則為一，分別為萬殊的擴張，合則為一貫的聚集。因他們有一共同的目標即求如何達到於『至美』。他們有一共同的作用，即是『用力少而收效大』。人們如能用這樣擴張力做去，不怕何事不成，何趣不得，何樂不享了。並且凡能審美的人必是一個大創造家，他能一切擴張力創造為至美麗與最便利的事業，我們在上頭

的四種擴張力，已經說明這些情形了；由本節上所說的，更可見出審美家創造力之大！

(1) 美間

空間一物，就常人看起來，有時也極美麗的。『月上柳梢頭』，『日落紅湖白，潮來天地青』，及那些『墟裏上孤煙』等景致，誰也說他是極有趣的。可惜俗人不能利用與發展自然的美景，常反把他弄到極醜劣。現拿北京城說，這片好好大平原竟被北京人堆滿了骯髒的屎尿及惡劣的屋宇，造成了一個醜極臭極的環境了。若就審美家看來，空間是一幅圖畫，是一件音樂，是一個劇場，有聲有色而且活動的。若在醜惡的環境中，他又能如繪畫家及照相家一樣專從那美麗方面去領略。例如：於景山頂上憑眺北京城，近景則有斬截輝煌的宮殿在前頭，北海在其右，後門街道平直如線，其東則有北京大學第一院洋樓矗豎於其間。遠望之。於眼光模糊中愈覺得北京城廣大無垠，住戶鱗次，樹木點綴得極參差有韻致。這樣所看的北京比較上

是一個極美麗的城市了。所有一切故宮的彫零，破爛的與禽獸巢穴式的貧民屋宇不見眼了，野蠻街道上的屎尿和灰塵不觸鼻了，乞丐與窮人呼號的慘聲不聞我耳而撼我腦了。由上例說，凡於無可奈何的環境中而擇一美麗的地方以自娛，這個叫做『擇境』，『境由人擇』的確有可能性。但境不能用心造，因為我們如處在一個惡劣的環境，則雖心地如何愉快，終免不了受外界的影響而變成悲觀。故與其說心造境，不如說境造心為確切。所以住居必在勝景的地方，然後心思與行為纔免受俗塵所染。

於擇境後，尚須擇時。怎麼叫做擇時？他是把所得的美景擴張到無窮大的方法。再以景山頂說，在平時的登臨，僅能得到上頭所說的美景而已。但我與友人於夕陽西下時，登景山而領略那北海烟霞，西山暮靄，景山與北海及西山好像打成一條線；前時所見的僅限於景山一隅的美象，現已推廣到西山頂上；再由西山頂上的回照，從天空而折到景山，把景山，北海，西山，與天，合成爲一個橢圓球面的屏形了。有時我則與友人於下雪時入景山，則見漫天黑鴉在舊宮頽殿中繞白松古柏上下

飛鳴，覺得別具有一種感觸，並且使原有景致增添了無限的美麗。由上說來環境雖前後一樣，而所見的景象則彼此完全不同，這個就是「擇時」的效果。再把我與友人親身經驗的拿來做解釋吧。我們常覺得日間所見的北京中央公園不如夜間見的美；夜間燈光明亮時，又不如在月色迷離時所見的美。此中理由是日間和夜間燈光明亮時把氣魄窄小的中央公園全盤托出。但在迷離的月色時，若立於「社稷壇」的中間，恍惚中見了這一邊的宮殿樓台何等宏壯，那一邊又似有了一無窮廣大的古柏樹林，無形中忽覺得中央公園倍加廣大，好似北京面積全為公園所佔盡，而又與天上相連接為一氣。在此情景之下，一切風景也覺倍加嫵媚，人居其中如被罩在兜率宮和離恨天一樣了！

可是，善審美者對於美間景象的領略尚不止此。他更進而從數理，藝術，及形學（哲學）（幾何）等去尋求。由肉眼看去，雖覺一個環境可變為無窮大，但不能領悟「無窮大」深微的道理，惟有數理纔能給我們無窮大，無窮小，無窮盡各種觀念的妙趣。

再由肉眼看去，一個風景可說是無限美，但究竟怎麼美則極茫然；惟有藝術家能知這個風景的美量到何地步，其無限美的意義，也覺得極清楚。我曾在法國一個最美麗的湖山風景上聽一畫家說：『此處的光彩刻刻變換不同；因我的眼太靈敏了，所以手終追不到眼所見那樣的變幻！我惟有搓手擱筆，僅用眼去領略而已』。我自己一次在柏林附近的一湖上划艇，也嘗感到這樣妙境。約略在夕陽下山一點鐘前，但見日影穿過樹林時，山色湖光，條紅，條紫，條藍，條青，條黃，而於紅，紫，藍，青，黃，經過的最短時間中尚有無窮盡的間合色；我不是藝術家，不能領略此中無限美的真意。我惟有唱『頗不刺的見了萬千，這般好景色罕曾見，我眼花撩亂口難言，魂靈兒飛去半天』而已！更就形學上看空閒則愈能得到美間的大觀，所謂直線美，曲線美，平均線美，圓形，橢圓形，心形，等等的美麗，在自然上隨處可以得到。至愛斯坦把吸力代做『加速率』的形狀解釋後，人始知這個大世界乃是由那些無窮盡的球面屏形的小世界所綴合而成。各小世界各具有一種屏形，屏的點綴

物即是許多的星辰，這些無窮盡的玲瓏透澈的屏形各各互相關照，互相輝映，以成就了這個大世界。故這大世界好似一個無盡頭的高，低，廣，寬，的塔形，由無數的層層屏形所合成，又把無窮數的星辰當做燈光用一樣的美麗，我常於夜間看天形，確是這樣美的世界。我深覺普通的天文學識，極當於國民學校及小學校時代中灌輸進去，以養成美間的觀念而提高『小我』的人格！

又審美家所領小的美間不是靜止和不變的色彩，他知空間是由許多活動變幻的電子所合成的。電子時時活動變幻，所以空間的色彩也是時時活動變幻。秋雲，夏雨，冬雪，春風，四時的光景不同，即在一地的風景由朝至暮看去也覺得大差異，這是電子在空中變動時所表示的現象。因他們繼續不停的活動力，而生出種種新奇的聲聲，色色，事事，物物，以成就了宇宙的大觀：虹影，雲霓，電光橫空，雷聲震地，海嘯，風吼，北極的回光，銀河的瀉影，月暈了，星墜了，地震陷了，火山爆裂了，太平洋突出若干丈，希瑪拉亞山深深地陷下去了！這些變幻不定的現象，

使我人得了關於美間上無窮盡的美趣。這個變遷，活動，遞生遞滅的空間當然不是俗人所住居的永久不變的醜與臭的環境所能比擬了。這樣美間的變遷，別方面，即成一種『美流』的現象。因空間與時間乃是一物，從其一片不分時看去為美間，而從其此片到那片的變動時則為美流，實則，空間與時間不過一種力所表示的一種現象罷了。

(2) 美流

時間有二種意義：(一)為社會上通用的，即『空間的時間』如每日夜有二十四點鐘之類；(一)為『心理的時間』，即各人所覺的，柏格森叫做『生命流』，可惜他的學說流入玄學的神祕，我今叫『心理的時間』為『美流』全在心理發展上的現象去考究。

美流是一種精神力經過心理的作用而發展於外的一種現象。他的進行乃從最美的方面，與採取『用力少而收放犬』的方法。柏氏嘗比生命，如一雪珠亂滾，於滾

時逐層吸收外邊的雪花以成就他逐漸增大的整個球形。這樣球形全是一色的雪花所合成，所以不能去逐層認識他從前吸收所經過的痕跡。這樣的學說，看生命自然是『內包』的，故有一種不可思議的神祕。我今看生命流乃是一條瀑布從山頂上向了萬丈深整傾瀉下去，他是『外展』的不是內包的。各人生命的經過全靠他所經歷的路程，而我們從他所經歷的路程看去，自然是瞭如指掌毫無神祕的意義了。譬如一條瀑布在山上與山下的水量固是一樣多，但從山頂到山下一路上所發展的水力爲無窮大。美流在生命的發展，也似這樣的瀑布狀態。同樣的生命，各因其流的發展不同，而生種種不同的效果。美的生命流是要從最高的峯上與最便利的路程傾瀉出去的。地要使點點皆變成爲細沫，點點細沫變成爲雲霞的光麗，電氣的作用，熱力的濟物利人！所以美的生命流於每一發洩時必要得到充滿的生命而後快。『充滿的生命』卽在於極端情感，極端智慧及極端志願與極端審美時得到。今僅以情感說：當我人極端快樂時，我們覺得『空間的時間』甚短一樣。究竟這個『空間的時間』

固甚短，而我人所得到的『心理的時間』則極長。因為我人在這情景之下覺得我們生命是充滿了這個物了，覺得並無第二件事來混入生命了，故這個『充滿的生命』的享用，一邊，能使人於極短『空間的時間』中而得了無窮長的『心理的時間』，誰不覺得於一個最短的晚景或晨曦的賞玩好似經過了無限的光陰（心理的光陰）一樣呢。別的一方面，這個『充滿的生命』能使人把現在所得的景象繼續保存下去而無終止，例如戀愛一人而相思憔悴以至於死，這個就是把他的情感繼續保存下去，以致他所思想者，所感觸者，皆是一樣物在其中活動變幻的好證據。任你如何要擺脫要消遣，終是不能擺脫不能消遣，好似春蠶自縛，燈蛾撲火，終不能跳出其情圈！我嘗考究這個現象，而得了一個『現在長存』的生命。凡能極端去發展情感，或極端智慧、或極端志願，或極端審美者，即能得到一種『現在長存』的美流，情愛也可，怨恨也可，快樂也可，憂愁也可，如使我人於其中得到『充滿的生命』，則我們自能把一時所得的情感延成爲無窮期的『現在』，而無過去與未來二個時間了。

這樣生命，快樂者必永久快樂，如一班樂天派之人；痛苦者必永久痛苦如一班憂天派之人。他與常人不同處，常人常有過去懊悔的痛苦，與得意的快樂；汲常有未來希望的快樂與患失患得的痛苦。常人是把生命分成三截，（1）爲過去，（2）爲現在，（3）爲未來，而現在的時間甚少，全被過去及未來所拿去。享受『充滿的生命』的人則惟有『現在』。我以爲美流的作用，即在使人們不覺一切的痛苦而使其常有『現在長存』的快樂。我們在上節說能極端去發展者，愛與恨都能得到極端的快樂。故惟有能極端擴充其情感，智慧，志願，及審美性者能得了『充滿的生命』，而同時能享受『現在長存』的快樂。這種人不會如宗教家希望未來的天堂那樣痛苦，他的天堂即在他的生命所經歷的現在。最緊要的是這些人既不是如常人有『未來』的觀念，所以他不覺有『死』一回事。因爲他僅有現在的美流繼續生存下去，他的生活的經過好似睡人一樣。睡人不知何時睡去與何時醒來，自起睡至醒時，睡人僅覺得一個『現在長存』的時間，在這樣的時間，睡人自然不知有始有終，當其醒時

他已不在睡覺了。凡享受『現在長存』的生命者，他即在長期的夢境，但他是一個『自覺的睡人』，當其生時，他並不知有死一回事，及其死時他也不知有死一回事，因為他所知者僅是他現在的生命，死時不是他的現在的生命，所以他不能知了。更進一層說，凡『現在』的發展是無窮盡的，一秒鐘即等於千萬年一樣，自生到死，總有一條忽時間的界限，而此一條忽間，生者總不能知有死能到頭，因為一條忽的時間，由彼看來為無盡的時間總是跳越不完的，（參看羅素關於無窮數一問題的討論。）故凡能純粹享用現在的快樂生命者，不但無過去的煩惱，並且無死境的可怕！這個不是玄學，乃是心理學的作用。時間一變為美流，自然是心理的物件，這個心理的享用乃是確確切切的現象，不是神祕的東西了。

現在最難的問題即在怎麼能把精神力變成美流而使繼續成為現在的生活？這個可用二方面去創造：（一）由各個生活上去造成美流，這個當依我們在上章所說的先是一切生活變成美化，同時又使他變成美流；（二）把各個美的生活所變成的美流組

合起來爲一整個的美流，然後由極端的情感向一極美的空間去發展擴張。設一切生活的事情都是美的，則我人在這樣生活上所經過的時間也都是美了。我人所經過的時間，既然全由這樣美的生活的經歷所造成，則自然無有別的惡潮流來攪雜，所以覺得一切的時間皆是一條線而無間斷的美流了。並且，照我們上節所說的極端心理派做去，則由極少的美力就能擴充爲無窮大的美流，以延成爲一條無窮盡的美河，所以能享美的生命的人，他的快樂全在最確切實現的『現在』，而這個『現在』乃是無窮盡的長線形。這個道理待與下段所要講的美力互相證明之後，更加明白。

(3) 美力

我們在上頭的「導言」上已經說明世界乃由一切的物力所合成了。但這些物力我們當使他變成爲美力，而後我們始能利用他發展他爲人類的無窮寶藏。今就世界上的物力分類研究起來則有三項：即自然力，心理力，社會力，待在下頭逐項去討論

(甲) 自然力。例如煤力，風力，電力，水力，日力等，當人類未能制御他之

前，這些力皆能使我們可驚可怕的。及爲我們所利用之後，他們反覺得爲最美麗最利益之物了。人類得了這些力的幫助，覺得人類的力量是無窮高大，而自然的一切力都是人類的驅遣物了。可是現在利用這些力的方法雖有些已達到，但如何發展他們的力量到無窮大，尙是一個未解決的問題。現時人類最能利用自然力者僅有煤力一項，可是今日工廠所利用的煤力，計所出息的熱力，其實不及煤力原有的千分之一；即是照好方法做去，將來一斤煤所出的熱力，可以當做現在的一千斤煤用。（北京冬天燒煤取暖，勞動者所用的爐爲德國式，則用同樣的煤量，可以多出了許多倍的熱力。再以一鐵箱爲例，乃用一個木箱把周圍緊緊地包圍了，破裂等類能保存熱力的物，若把初煮的鍋放入箱內，用厚蓋扣緊，則鍋在箱中繼續慢慢地沸開，待時取用，便得熱物。）我常想人類蠢極了，中國人更是蠢之又蠢的蠢物。把取之不盡用之不竭的電力，風力，水力，日力，聽其自然發洩，祇知從地穴中去掘取那有限數的煤塊。驅若干好好的人類爲地中黑暗如蚯蚓的生活已極不合算了。况且一旦煤盡，機器必盡停歇，而再退爲野蠻時代的工作了。故我極望我們研究如何把自然力利用與發展起來，以成就美力第一步的成功纔可。我鄉旁有一大瀑布，從十里高

的山頂瀉下，若我有錢則安機於其下，把所得的電力，或爲電車之用，使我邑我縣我州有電車交通的便利；或爲電燈電爐等之用，使四圍的山鄉皆得了電力的利益。又我縣中有高山大海，於高山上利用其風力，日力，於海上利用其潮力，則一縣可以供給全省全國工業與交通上一切消費力之用。由此推之，各鄉邑，各州縣，皆可利用其自然力以自給與給人，則在寒地的地方，冬天可使熱力罩滿了全城而得溫暖的氣候；其在熱地者，可使一切力化爲電扇與冰水以濟一切人民的熱渴。用自然力爲無線電以與環球通消息。用自然力爲極大的燈光，以照遍全城，並與別星球傳記號。這些美的自然力大作用如能得到，人類到此，纔可說是把世間的物質變爲物力，把物力變爲美力，把一點的美力，變爲無窮大的美力了，這樣生活纔是美的生活！

(乙) 心理力——心理力的作用，我已在本章第二節上及本節第二段上略爲說及。究竟如何把心理力達到最利用與最發展的詳細方法，我們再當於此略談一談。

心理力就大綱說可從四方面去看：（1）爲情感，（2）爲智慧，（3）爲志願，（4）爲審美，這些事，我們在上頭說當從極端去發展，纔能得到他們的美麗與功用。但『極端』這個意義，乃是一種結果，至於如何始能成爲極端的手續，卽爲我們現在所要研究了。我以爲要使一點心理力變成爲極高度的作用，當從『利用』與『發展』二個手續上做工夫。先以情感說，當從『會用情感』入手，如要戀愛者當從我在本章『總論』上所說的『愛情定則』做去纔好。世人都是不會用情的，而中國人更不知有情感一回事。俗所謂『感情作用』卽是不應用情而用情的代名詞。善用情者把心力用到恰恰好處；如父母與子女，夫和妻，朋友的相與，仇人的相待，都要各依其相關的地位，去用相當的情感。不會用情的中國人，每把夫妻做極無趣味的伴侶相對待，而以朋友爲仇人，仇人爲朋友的更不知若干！但於會用情感之後，尙要使他爲『情化』然後纔能使情感達到於極端的發展。我想凡能把情感爲美化，就能得到『情化』的作用。例如，因其人容貌美而愛之，已足令人風魔。若能愛其

『心地之美』則更令人顛倒無似了。美是情愛的根源，因美而後發生情愛，因美而能繼續與增高其情愛。看一美畫，初看已覺其可愛，愈看愈覺其可愛，愛到極時幾將餐其色而吞其光，這個即達到於『情化』的妙境了。對愛如此，於恨亦然。會用恨者覺得心中極有美趣，愈覺其恨的美趣，愈覺恨的可愛，愛到極點時，幾不能辨別恨與愛爲二物了。

再就智慧說，第一也須會利用其智慧，末後纔去極端上發展。利用智慧的方法即把所要研究的學問，一面用分析的功夫，把這個學問條分縷析起來，務使鉅細無遺；一面又要把他綜合起來，即把關係於這個學問所有一切事情組爲一塊而觀其全。此外，更當求得研究這個學問的種種補助方法，如記憶，經驗，試驗，等等。經過這樣『會用智慧』方法之後，我們當再進而求領悟之法。這個全在『聚精會神』的作用。例如作文，初執筆時，心中覺有幾種粗具大規模的計劃而已，但愈用神時，才思愈出，此時作者覺全身熱起來了，覺得腦中電子好似爆裂一樣了，忽然間

靈境顯現，靈腦想到，靈眼覷見，靈手捉住，靈筆寫出。故妙文都是於一刻前一刻後想不及的，必待到了一定的時候纔能出現，我人由此可知凡對於一切智慧的領悟，總要下一番死工夫；面壁九年纔能悟出一點臭佛味來，你想深妙的領悟何等困難！可是，我所主張的領悟，乃是從美的與活動的方面去進行，自然於聚精會神中不覺其苦而覺其樂，如我人要領悟宇宙的道理，則當於月夜高山之上，大海之濱尋求之。要領悟人生的狀態麼？則於社交上的一切人情變幻中求之。如此而求領悟的道理，則於進行上步步覺得快樂，因我們步步活動地做去，而步步能利用我們的美力，自有一日對於所要求的目的豁然貫通了。

志願一物在心理上的表現，好似一個炸彈一樣。他未發時似是無物，當他發時則不可禦。故要求好志願，第一須會用其力不至消失與亂擲，繼使其儲力發展爲無窮大的現力。必要使其力有一『焦點』的會集，然後其爆發時有無限量的效果。但利用志願的方法有積極消極二手續。積極的，則照我們在上節所說，當從極端情感

上做工夫，自能得到極端的『情願』的成績。消極的，則時時刻刻須要『容忍』使志願不至零星發散。至於發展志願的方法，當從養成『剛毅』的美德入手。凡既認一事應當做，即取剛強勇敢的精神不懼無畏的態度去達到極端志願的目的。剛毅是極美的，他極似炸彈的美力，能炸得響，炸得痛快，炸得功效大。俗恐『過剛則折』，但凡能使用極端的剛毅者，他不會折，乃是爆裂，如炸彈一樣的爆裂，使其中的儲力變成爲無窮大的擴張。凡會極端爆發的物，即是把物質變成物力，物力變成美力，一點美力變成爲極大的美力呢。故要極端地使我們志願力得好爆發出來，須要養成『剛毅』的美德爲導火線。

由別面說，情感，智慧，志願，三種心理力的發展尤當以『美』爲依歸。俗人所以不能有極端的情感，智慧，與志願者，乃因他們對這些事毫無興趣。凡人能審美者，自能養成心理的『內興』與『外趣』，而得到一切好的情感，智慧，和志願。故審美一項，乃心理力發展上最緊要的原料。由極端的審美性以養成極端的情

感，智慧，與志願，這是新的心理學上所當注意的問題。我們在此書上所講求的，即在求美的種種方法，使一切的物力與心理力變化為美力的作用。但我們須於下項說及美的社會力，以足成一切美力的作用。

(3) 社會力——。現時個人的力量不能善用，一半由於自己的罪過，一半由於社會的不好組織，所謂法律，政治，經濟，教育，實業，軍旅，交通，工程，以及一切的制度與風俗等皆當用最善的方法去組織，使這些社會力有條理，有系統，而達到於極端美麗的目標，與用力少而收效大的成績。有好組織的社會，一班普通人的行為自然而然後會好起來了。故組織好社會，是「特別人」的責任與興趣，而享用好社會的組織，乃是一班「普通人」的幸福，特別人物是要做先鋒用大刀闊斧去斬荆棘，開新路的；能從事於「作始」的事業，任勞和任怨，纔覺有無窮的興趣。諸君！我們社會尙是在混沌情狀之下，這正是男兒大有為的時候！努力進行吧！把一切社會力組織得好，讓那普通人們去享用，豈不是我們無窮的樂趣呢？至於這些社

會力的現象極複雜，利用及發展這些力的手續又極繁雜，我們惟有待在『美的社會組織法』一書上去詳談吧。（此書已出版了）

就本節做一結束：我們是把空間代為美間，時間代為美流，物力代為美力，這些美間，美流，美力，不但是美的，並且於實用上能用力極少而收效極大的。就本節與全書的關係上做一結束，我們是要把宇宙間的一切事物都創造成爲美麗的，與用力少而收效大的。那麼，宇宙一切事物既是美的，而人生觀必同時是美的了。實則，宇宙一切美都是以美的人生觀爲根據去創造成的，所以美的人生觀，一面，是一切物的指揮人，他的地位極佔重要；別一面，他又是一切美中的極複雜者，他一邊是藝術化，一邊是娛樂化，一邊又是情感化，一邊更是宇宙化。但他於極複雜中又極統一的，一切藝術，娛樂，情感，宇宙觀，都是以美爲目標，爲根據，爲依歸。美一而已，而美的現象可以千萬變而不窮。善審美者能在於千萬變不窮的美象中，而求得美的一貫的系統，故他能於衣，食，住，身體，職業，科學，藝術，與

性育，娛樂，和思想上，及心理上，與宇宙觀，各種事情中領略各個的美麗，與一貫的作用。世有擅長『天樂』者乎？我望其神笛橫吹這個美的人生觀到天上人間去，使細如電子塵埃，大如銀河世界，一齊來與我們攜手於美間中的美流上，用了無窮大的美力，跳下一個五光十彩而極和諧的『天人舞』！

結論

在美的人生觀中，尚有靜美與動美，優美與宏美，及真，善，美，合一的三種問題，應當在此總結結束上付諸討論。看我書者，已能逆料我所主張的必爲動美，爲宏美，與美爲一切行爲的根本了。但我對於靜美，優美，及真，善，各方面也有相當的讚許。例如以『動美』與『靜美』二方面說：我看動是人類本性，脈搏跳躍，呼吸繼續，無時停止，稍停卽死，可見生理是動的物了；以思想說，大思小思，急思緩思，無時不思，雖睡尙思，可見心理是活動的物了；社會事物，變遷不居，進化退步，因時演易，人爲社會之一物，不能不與社會相周旋，可見人類行爲是活動的物了。愈能活動，愈能生新機而免腐敗；水活動而不臭，地活動而不墜，人如活動，則身體可得壯健而精神可得靈敏。故動的美，爲宇宙內一切物要生存上不可缺

的。可惜東方人不知道這個動美的道理，而誤認以靜爲美了。西洋人又不知動美的真義，以致一味亂動而無次序了。實則，靜有時也是美的，因爲他是蓄精養銳，待時而動的妙境，這樣靜象當然是極需要的。我們所反對的是一味以靜爲美，勢必使生命變成死象，這個乃極危險了。究竟，動比靜好的理由有二：(1)凡動極的必有靜，這樣靜境不過是比較上稍爲不動而已，實際上他尙是繼續去活動與進取。但凡靜極的必不能動，他已變成死態了，不能再復人類原有的生機了。(2)動的，假設是亂動，尙望於進行時得到一個好教訓，從新取了好方向；若靜的，假設是好的，善的，也不過成一個固定形不能進化的靜象而已，終不能望有大出息。由這兩面的比較，可見靜終不如動了。

我想我國人的性質也是與人相同本是好動的。試看黃帝時代，逐蚩尤而爭中原，那時民族何等活潑！到如今除了一些亂動的軍閥外，我們大多數人移是喜歡靜的了。循此靜的態度做去不用別種惡德即可滅身亡國。纏足，是要女子靜的結果，

務使女子成爲多愁多病身，然後是美人！男的食鴉片，尺二指甲長，寬衣大褂說話聲聲做蚊聲，然後謂之溫文爾雅的書生！（說話清楚斬截，恰切當，纔是美態。現時國人的說話習慣太壞了，或一味打官腔，或濛濛無頭緒，不邏輯。故邏輯，辯學，修辭等項的研究實在不可少了。）這些都是好靜的惡結果，極望我今後改變方向，從活動的途徑去進行，使身體與精神皆得了動美的成績，這是我對於美的人生觀上提倡動美的理由。

論及優美與宏美

（或優或美）

二項上，我國人優美有餘

（氣象）

而宏美不足。

（度量與志氣皆缺小）

宏美的偉大，能使未習慣他的人駭怕，例如登希馬拉亞峯而驚天高，臨東海而歎巨洋的浩瀚，窺百丈的深淵，目眩足顫，似是靈魂出了軀壳一樣。但不講求宏美的人，直不知道美的精深。凡『無窮大』，『無窮小』，『無窮高』，『無窮低』，『與無窮盡』，等等的美麗，須要從宏美中去尋求。優美的美，也必以宏美爲襯托而後纔覺無窮的樂趣。例如中國人談風景者必說西湖爲最美，我嘗流連於其間，覺得西湖的美麗乃是小家碧玉，氣度狹小的，一班人不慣看那宏美，難怪以西湖爲自

足了。我今來提倡中國人宏美的氣魄，試與他們一遊黃河的形勢吧，則見有那九曲風濤，疑是銀河落九天的壯觀；再與他們看錢塘江的怒潮三疊吼奔而至，或與他們登泰山看日出滿天紅，觀東海的水天一色而不知其涯岸，這些偉大的美趣，豈那一望而盡的西湖，水不騰波，而滿山濯濯如美人頭上無髮所能比擬麼？由此說來，能養成宏美的觀念者，始能領略無窮大，無窮小，無窮盡，無限精微的趣味，同時，自然是氣魄大，度量廣，瀟灑不凡，風韻不俗而具有各種優美的態度了。即就要養成優美的觀念說，苟不以宏美爲意者，也常不免流入於狹小，於偏窄，於窮酸氣了。再就人生行爲與做事上說，我國人因無宏美做目標，凡一切的經營都是苟安敷衍，脫不了小鬼頭的態度。試看德人經營 Leipzig 的圖書館以二百年的發展爲期，以達到世界第一圖書館爲志願，又試看他們在十年前五萬餘噸東方通商船隻的偉觀，這些凡事必達『鉅觀』（Colossal）的奢望，實在是德國民族的光榮。即以現在的美國說，他們無一不要以『世界第一』爲目的，這樣宏大的觀念，當然能產生

宏大的出息，而使人類上或一民族上享受宏大的幸福。不見我們的萬里長城麼？得他而後免使北方夷狄蹂躪中國古代的文化。又不見我們的運河嗎？有他而後南北得了商業及文化上交通傳播的便利，這些皆是從宏大的地方着想而生的效果呢。人們所怕的是自足，自足，則畫圈自限不再發展，勢必不能進步而終於腐敗。宏大的美，就是救濟這個自足的良方，提高人們一切進化的關鍵，這是我對於美的人生觀上提倡宏美的理由。

末了，從前的道德家以爲人生的行爲，善而已矣。在今日的科學世界，則有主張人生的行爲，真而已矣。依我的意，善而不美則爲『善棍』，其上者也不過婦人之仁，如今日狹義的慈善家僅知頭痛治頭，足痛治足之類，於社會上實無有善德可記，其流弊且養成了社會上許多的惰民。至於真的定義，更無標準。科學定則，與時進化變遷，在科學上，已無『真』的可說，其在活動的創造的人生觀上，當然更無真的一回事了。故我主張美的，廣義的美的，這個廣義的美，一面即是善，真，

的綜合物；一面又是超於善，超於真。讀水滸傳後，誰不讚歎魯知深及李隨行爲的美麗，而忘其兇暴；讀三國志後，誰不賞識諸葛孔明的機巧而忘其詐譎。大美不講小善與小真；大美，即是大善，大真。故美能統攝善與真，而善與真必要以美爲根底而後可。由此說來，可見美是一切人生行爲的根源了，這是我對於美的人生觀上提倡『唯美主義』的理由。

除了以上所提倡的三個理由之外，我們的希望更是無窮盡的。希望人們若依我們的人生觀做去，自然能組織又能創造，能和平兼能奮鬥，能英雄又能兒女，能理想兼能實行。這些觀念，看此書者當各具慧眼用靈心去領略理會，恕我不能一一去詳說了。

集合國內外對於生活，情感，藝術，及自然的一切美，具有興趣和有心得者湊成了這部「審美叢書」。(一)希望以「藝術方法」提高科學方法及哲學方法的作用；(二)希望以「美治主義」為社會一切事業組織上的根本政策；(三)希望以「美的人生觀」救治了那些醜與卑劣的人生觀。希望無窮盡，工作勿許輟，前途雖遼遠，成功或可期。Labor Omnia Vincit improbus.

美的社會組織法 書已出版了，其中極多新穎的意見，文字也極流麗，比較本冊的價值有過無不及。

中華民國十四年五月第一版
中華民國十五年十月第四版

美的人生觀一冊

定價五角

著者 張競生

發行者

北京東皇城根25號
北新書局
上海寶山路寶山里

