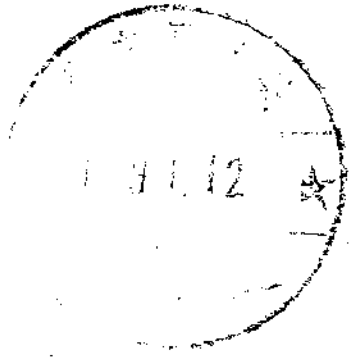


家

第四卷

(廿五—三十一)



雀巢

★ 編主音嘉黃 ★

健全婦女生活



促進家庭幸福

期五十二第

目要期本

美滿家庭十大要件……心 波 怎樣訓練兒童服從……須養本
 西雅圖故事……楊 惠 紐約的親屬法院……陸昭華
 三妹救了我……令 和 實用哺乳問答……班特遜
 最初的五年……葛齊爾 夫妻吵架的原因……雅當士
 矯正兒童偷竊行為……楊同芳 處理離婚後的子女……伍爾芙



- ★ 政 家 ★
- ★ 教 家 ★
- ★ 交 社 ★
- ★ 愛 戀 ★
- ★ 偶 擇 ★
- ★ 姻 婚 ★
- ★ 嬰 育 ★
- ★ 健 保 ★
- ★ 童 兒 ★
- ★ 理 心 ★

年 新 的 樂 快

號 六 八 一 路 州 膠 海 上

行 發 社 誌 雜 家

號 大 特 年 新 年 七 十 三

一 第 康 健

兒童的頭六年，是一生最重要的時期。因此按時舉行健康檢查，不計劃的飲食，清潔的習慣，有規律的遊戲，按時的睡眠，都是很重要的事。美國政府有鑒於此，特舉辦免費診所，對母親們實施育嬰和營養的教育，免費檢查身體健康和發育情形，並施行預防傳染病的注射。



美國加利福尼亞州，對免費診所，受預防疾病的注射。目前小兒科醫師對多數小孩在小孩一歲前，就應能注射百日咳、破傷風，作白喉的預防針。



家雜誌出版社新書

社址：上海（23）膠州路一八六號

全國
大中
學生
得獎
文集

家雜誌
週年紀念文集

魔窟

這是從全國大中學一百零四校，學生一百十八名所投的一百二十五篇競賽文字中，經多次挑選淘汰後所得的收穫。內容包括十個短篇，描寫封建家庭中青年的痛苦和舊式婚姻制度的不合理，這是新時代的中國青年爭取婚姻自主權的抗議和呼聲。

這本書中的每一篇得獎文字，原來都是準備在『家』雜誌中發表的。因為篇幅和時間的關係，特別改出單行本。詳情和目錄請看本期第四頁。愛『家』的讀者，千萬不可錯過這本書。

全書一百五十餘頁，十餘萬言，定價三萬五千元，定戶八折優待，祇收二萬八千元。另加郵包費約一成，多退少補。

三版新書

實用避孕法

婦產科專家
醫學博士 郭泉清著

這是一本討論避孕問題的書，用通俗活潑的筆調，解剖女性生殖器官和生育之謎，把古今中外各種節制生育的理論和方法，作分門別類的敘述，把各種避孕法的優點與缺點，作簡明的比較。最後並介紹現代醫學界認為最安全可靠和最常用的避孕法，以為被生育過多和經濟負擔太重所苦的天婦們作參考。

這本書的主要讀者對象是有節制生育必要的已婚夫婦。全書五萬言，附圖八幅，出版不及兩月已出三版。每冊定價二萬元。

新書預告

實用育嬰問答

（出世至兩歲的育嬰法）

美國芝加哥
衛生委員會主席 班德遜著
黃嘉音·江同 編譯

『實用育嬰問答』是根據美國芝加哥衛生委員會主席班德遜醫學博士的原作改寫編譯而成。全書二百餘頁，計十五章，包括回答九百十六則，從嬰兒出世到兩歲，舉凡關於嬰兒的飲食，營養，睡眠，沐浴，起居，遊戲，衛生，疾病，發育，習慣的養成等方面，無不分門別類，作詳明通俗的檢討。這本書對於將做母親和初做母親的人，都可能有極大的便利和裨益。

本月內出書，定價五萬元，定戶八折優待，祇收四萬元。

新書出版

黑孩子

雷特原著
黃朱綺譯
Richard Wright: Black Boy

這是美國著名黑人作家李却·雷特的傑作，用簡樸尖刻的筆，描寫他童年的生活和遭遇。他暴露美國白種人對待黑人的殘酷和偏見，出於之後，佳評如潮，立即成爲一本最動人的暢銷書。美國芝加哥論壇報稱它爲『一本偉大的人類文獻——一個忠實而可怖的記錄。』紐約太陽報說『他的故事使心懷善意的人讀後不能不忿怒。』費城記錄報譽之爲『我們這時代中的一本最值得記憶的書』，其價值和重要性可以概見。

本書曾分期在『家』雜誌連載，極得讀者歡迎。現特重行排印，出單行本。每冊定價二萬五千元，定戶八折優待。祇收二萬元。

再版新書

怎樣教導子女

雷特納著
唐現之譯

本書曾以『你的孩子，你的將來』爲題，在上海大公報家庭副刊連載二十期，爲萬千讀者所愛讀。全書以通俗淺顯娓娓動聽的筆調，把種種教導子女的理論和方法告訴讀者，實在是一本家庭教育的絕好讀物。現由本社出版單行本。凡欲增進家庭幸福和注意子女前途者，不可不讀此書。每冊定價一萬三千元，再版業已出書。

家雜誌社發行

上海（23）膠州路一八六號

★ 準 爲 價 售 市 門 社 本 時 款 到 以 目 價 書

4961844



★號大特年新年七十三★ 錄目期五十二第 家★

快樂的新年……………(封面)

健康第一……………(封裏)

婦女健美操(十三)……………(底裏)

家常話……………編者(三)

一週紀念徵文揭曉……………本社(四)

短評

「做人難，難做人」……………長辛(五)

守活寡的惡俗……………藻(五)

美滿家庭十大要件(家庭)……………心波(六)

三妹救了我!(小說)……………令和(九)

三十七年一月食譜(飲食)……………方文淵(一二)

西雅圖的故事(小說)……………楊惠(一三)

紐約的親屬法院(社會)……………陸昭華(一七)

矯正兒童偷竊行為(心理)……………楊同芳(一九)

最初的五年(發育)……………葛齊爾(二五)

夫妻吵架的原因(婚姻)……………雅當士(二七)

怎樣處理離婚後的兒女(家庭)……………伍爾芙(三〇)

協和職校貧童服務站(服務)……………余仲清(三二)

嬰孩吃的習慣(育嬰)……………史普克(三三)

怎樣訓練兒童服從(教育)……………須養本(三七)

我是無冕皇后(婚姻)……………陳彩霞(三九)

實用哺乳問答(育嬰)……………班德遜(四一)

九姊妹之家(家庭)……………雪微(四三)

美國的女書記們(職業)……………劉師尙(四五)

中國丈夫(意見)……………李歐麗閣(四六)

上海的托兒所(社會)……………李石君(四八)

上海托兒所一覽表(調查)……………馬彬(四九)

維生素種種(營養)……………周德勤(五〇)

無法解決的問題(家庭)……………杜陵(五二)

摩登小姐四忌(交際)……………茜紫(五三)

聖誕前後(小說)……………筱蘊(五四)

粵菜烹調法(烹調)……………吳慧貞(五九)

小張的故事(漫畫)……………方成(六〇)

天真話(兒童)……………各家(六一)

不符初衷(來函)……………梅蒂(六三)

簡直是浪費……………仇垠(八)

補

媚妓日增與社會危機……………登(二四)

肝火甚旺(庭家顧問)……………實(二九)

結婚比獨身……………戴樂斯(三九)

利用破襪子……………白芳(四三)

血壓的高低……………小仲(四六)

千元食物所含的蛋白質和脂肪……………福利會(四九)

活 生 女 婦 全 健 ★ 福 幸 庭 家 進 促

★編主音嘉黃·德嘉黃★

美歐紹介
會社生人

風西

洋西述譯
藝精誌雜

第十二年

第一〇一期

十二月號要目

- 鐵幕外的歐洲……繆秋笙
由舊金山到紐約……黃嘉德
人間樂園檀香山……詹詹
那不勒斯到溫利克……王喬文
紐約是個萬花筒……楊惠
從美亞米到聖路易……愛恒
記美國的公立中學……任以安
波美漫記……蔣中一
美國的黑人……范存恒
維護自尊的心理工事黃堅厚
研究宇宙的新方法……戴文襄
原子綽會造成怪胎嗎卓生
遺傳漸變學……哲遜
聯合國大家庭(下)……唐笙
這是女人的世界……方曉藍
忙裏偷閒……葉翠
精神病痊愈會……程霄

每冊定價貳萬元
訂閱預付十萬元

行發社風西·號六八一路州膠(23)海上

家常話

本期是三十七年新年號，又是「家」創刊二週紀念，我們出了一個特大號，以資慶祝，同時出了單行本「寶窟」，也算是對讀者們一件小小的禮物。本刊舉辦二週紀念徵文，詳情請看本期第四頁。因為當局頒佈雜誌紙張節約的規定，我們暫時只好放棄了兩個月出三期的計劃，仍出月刊，而把篇幅酌量增加。本期就是一個試驗，如果讀者們歡迎這個辦法，我們從下期起就可實行。

本期的內容特別豐富精彩，我們不預備在這裏一一介紹。我們應該特別提出的，是心波女士的「美滿家庭十大要件」，把「老生常談」，說得津津有味，入情入理。心波女士現在上海某女中任教，暑期曾到南方去了幾個月，因此好幾期沒有為「家」寫稿。此次回來以後，已經答應繼續多寫了。

令和女士的「三妹救了我」，是一篇趣味濃烈而意識正確的小說。令和女士畢業於北平某大學，曾任報館婦女副刊編輯多年。近年來一直在從事於文字工作。據她說，這篇小說是看了吳棫先生對「二度蜜月」的批評以後有感而試寫的。我們覺得將這篇文字在技巧上和涵義上俱屬上選。希望以後能多刊此類文字。

楊同芳教授現任職於上海市立師專。

須養本先生曾任貴州省教育廳督學，國立重慶師範教育教員，之江大學教育系教授，現任上海光夏商業專科學校校務主任。從事教育工作已有十四年，著有「家庭教育之理論與實際」，「與小學教師漫談教育問題」二書，作品散見報章雜誌。對兒童教育研究甚感興趣。

家雜誌重要聲明

本刊所登的小說中的人物和事件，都是虛構的。如果有人名，地名，或事實雷同的，那不過是偶然的巧合，特此聲明。

民國三十五年一月創刊



第廿五期

三十七年

一月號

主編 黃嘉音
編輯 黃嘉音
發行人 黃嘉音
發行所 上海膠州路
家雜誌社
一八六號

總經售

特約

重慶江陵路
大井巷二十號
重慶西風社
泉州新南書社
青島祥記行
爪哇一蘭學社
中國科學公司

印刷所

(歡迎各地同業立特約)
(經售處辦法函索即寄)

家雜誌廣告價目表

地位	全	面	半	面	三分之二	九分之一
封底	五百萬	二百五十萬	一百七十萬	不登		
普通	三百萬	一百五十萬	一百萬元	三十萬元		

HOME MAGAZINE . Publisher & Editor-in-Chief, Huang Chia-yin . Editor, Huang Chu-chi
Address: Home Magazine, 186 Kiao Chow Road, Shanghai, China. Tel. 39578

家雜誌創刊週年紀念

全國大中學學生文藝競賽揭曉

本刊為創刊一週紀念舉行全國大中學學生文藝創作競賽，題目是作短篇小說一篇，內容以描寫封建家庭中青年的痛苦和舊式婚姻制度的不合理為中心。參加者包括全國大中學一百零四校，學生一百十八名，應徵小說計一百二十五篇。在這些文字中，我們經過二次的淘汰和挑選，決定入選文字十篇。名次如下：

名次	題目	作者	學校
第一名	閨別	憑河	國立唐山工學院
第二名	書禮世家	吳丁	天津國立南開大學
第三名	箭	鄭錫炎	國立廈門大學
第四名	小雲	親影	中央測量學校
第五名	魔窟	胡承組	國立西北工學院
第六名	吉期	海曦	上海光華大學
第七名	女瘋子	雪蒿	國立西北工學院
第八名	路	袁增佩	瀋陽東北大學
第九名	沉靜的姑娘	王湘蘭	杭州之江大學
第十名	凋落了的庭院	劉曙中	國立重慶大學

此次文藝創作競賽

原規定字數是三千字以上，一萬字以下。第一名國立唐山工學院憑河先生的「閨別」一文，約有一萬三千字，是超過了規定的。但是為了這篇小說的技巧的純熟，結構的緊湊，描寫的深刻，情節的動人，以及寓意的深遠，在在都超過其他同學的應徵文字之上，幾乎不是其他文字所能望其項背的，因此我們幾位評選的人，一致認為應該仍舊給它第一名獎。各位讀

者以及參加競選的同學們，在讀了這些入選文字以後，我們相信是能同意我們的決定的。

此次文藝創作競賽獎品，原定第一名獎學金二十萬元，第二名獎學金十五萬元，第三名獎學金十萬元。現在為了物價波動的關係，略予提高。第一名獎學金八十萬元，第二名獎學金五十萬元，第三名獎學金三十萬元，第四名至第十名酌贈稿費。第一名至第十名和他們所在的學校圖書館各另贈家雜誌全年一份。

此次參加競賽的文字中，另外有幾篇寫得很好，祇是內容跟我們所定的題目距離較遠，因此落選了。這些文字將以普通徵文的形式，在「家」雜誌中發表。

為了「家」雜誌的篇幅容納不下所有的入選文字，如果分期刊載，又恐怕把時間拖延太長。因此我們決定把全部入選文字，出成單行本「魔窟」，與三十七年新年號的「家」同時發行，這也許是讀者所歡迎的吧！

家雜誌二週紀念

舉辦讀者文藝競賽

本刊為紀念創刊二週年起見，繼續舉辦文藝創作競賽，並把參加者的範圍擴大為全體讀者。茲特定辦法如下：

- (一) 題目：短篇小說一篇，表現現階段中國的家庭問題。題目自定。
- (二) 字數：三千字以上，一萬字以下。
- (三) 期限：民國三十七年五月一日截止收稿。
- (四) 揭曉：競賽結果在三十七年九月號家雜誌發表。
- (五) 獎金：第一名獎金一百五十萬元，第二名獎金一百二十萬元，第三名獎金一百萬元。其他入選稿件稿費照給。第一名至第十名各另贈家雜誌全年一份。
- (六) 手續：來稿請用有格稿紙繕寫清楚，並註明作者姓名，籍貫，年齡，性別，職業，通訊處，及全篇字數。每人不限參加篇數，惟每篇必須註明「參加二週文藝競賽」字樣，或剪貼每期所附印花一枚，以免與普通稿件混淆。來稿錄取後版權即歸家雜誌社保有。稿件不合須退者請特別聲明，並附退稿郵資。稿件請寄上海(23)膠州路一八六號家雜誌社二週文藝競賽編輯部。



競賽印花

二週文藝



守活寡的惡俗

藻

今年夏季，偶應友人之約，去閩省走了一次。在那裏聽到一種駭人聽聞的風俗，當時神經上受了極大的刺激。至今回想，還是難安緘默，不禁要提出來請熱心婦女問題的人士注意一下。

據說福建南部的惠安縣，至今還存留一種奇俗：女子出嫁以後，三天即須回至母家，必須生了孩子，才有資格正式居住夫家。三天的同居，即僥倖能懷孕的，固然也有；但絕大多數是不能有這機會的。於是只有過年過節，可至夫家住一二日。在這極少的機遇中，如再不能懷孕，那麼年復一年，唯有就在母家守「活寡」了。這種不合理的斷送青春的風俗，固然可惡；尤其是這位新婦如果年復一年的不生孩子，她的地位，就要發生動搖；她的人格，就要被兩家所否定；她的生機，更要日陷於悲慘、痛苦、非人的境地！所以那些可憐的女同胞們，在不堪威脅、壓迫、欺凌、藐視、孤寂……的重重痛苦之下，祇有自殺一條末路。聽說她們的自殺往往是以十幾個成羣結隊，將繩索互

相連繫着，一同跳到河中。所以當一家發現她失蹤以後，若到河裏去尋找，常常拖起來的是一大串同命的可憐人兒！

唉！這是人世間的真正現實嗎？我幾乎不信任自己的耳朵，可是我不能無動於心懷！現在通都大邑之中，固然決不會有這種怪事。豈



「做人難，難做人」

長辛

但沒有，而且說起來也難博人相信。然而這是鐵的事實呀，我們怎能否認呢？怎能無視呢？

我以為婦女運動不僅是替知識婦女爭一點門面；什麼社交公開啦，婚姻自由啦，男女平等啦，婦女參政啦……這些冠冕堂皇的口號和宣傳，實在不足以解放女同胞的全體。只為少數人造幸福，恐怕還不是婦女運動的真意。所以我覺得要做婦女運動，就應該從最偏僻落後的地方做起！

由於社會病態的日趨嚴重，自殺像浪潮一般的滾滾而來，而筱丹桂是其中最引人注意的一個浪花。

關於筱丹桂的死因，因為她沒有留下遺言，因此頗費人們的揣測。但由各方面的事實看來，她對於婚姻生活的不滿，可能是造成她自殺的根源；雖然她的哥哥和妹妹都說她和張春帆的感情很好，但姑不管他們的話的真實性如何，即使事實確是如此，但一個人的內心生活不是一定可以從外表看得出來的。從張春帆對待冷山的態度上，就可以看

出張不是一個有好脾氣的人，而筱從各方面看來，却似乎是相當懦弱的，她心中對張縱有不滿，她那敢形諸辭色呢？然而不滿之心是不會因畏懼而消滅的，相反的，更增益了不滿的程度。於是，在這種情形之下，她和冷山的發生「特別友誼」，便是一種自然的結果了。

但，她和冷山密切的往來，這更是為環境所不許可的；不但是張春帆所不許可，也是一般的社會所不許可的。因此她祇能在暗中和冷山通信和往來。當事情被張發覺時

，在他嚴厲的詰責和猜疑之下，她的惶恐，是可想而知的，而她心理上的矛盾也必然是更尖銳化了。她臨死前曾在被上以指蘸來沙而寫了「做人難，難做人」，這寥寥六個字便道盡了她內心的矛盾與痛苦。

我想，這「做人難，難做人」六個字不但是筱丹桂自殺的癥結所在，也是無數其他自殺者所有的共通原因。這六個字就是表示了他們沒有勇氣毅力來應付當前困難的環境，同時他們也不知道究竟應該怎樣「做人」才是對的，因此他們不得不以自殺來謀逃避現實，並解決他們自己所無法解答的問題。

在這舊的一切尚未過去，新的社會秩序，道德標準還未建立的動盪紛亂的時代，怎樣「做人」，確是一個重要的問題，可是我們大都沒有從家庭，學校中，得到這種知識上的教育，心理上的訓練。因此，我們要防止自殺悲劇的發生，我們必須對青年們施以「做人教育」，更需要在嬰孩時期即開始培養他們健全的心理和情緒基礎，使他們具備良好的社會適應能力——這種能力是不容易在兒童期以後訓練成功的。做人也許是「難」，但如果有健全的心理與知識，那就不「難」做人。



美滿家庭十大要件 心波

婚姻的成功或失敗，要看日常的家庭生活是否美滿。這話或偏於理論，然而却有不可否認的理由。普通人觀察別人的家庭，往往總以他們的經濟情形，物質條件，甚至兒女的衆寡作為標準。其實一家有一家的「內幕」，局外人怎能妄加揣測呢？

美滿的家庭，固然不能離開經濟、物質、兒女等條件，然而最重要的，却在精神的融洽。精神如果不融洽，任是富貴壽考，兒孫繞膝，也屬枉然。不信，請看古今中外許多大家巨族的悲慘命運便知道了。

美滿的家庭生活，怎樣才可以獲致呢？這不是「可遇而不可求」的奇蹟，也不是「得天獨厚」的幸運，乃是這構成家庭的主要分子——夫婦——努力合作之後可能得到的。要得到這種美滿的幸福，請試試以下列舉的十大要件：

(一) 智識相稱——夫婦間的知識，當然總不免有些差異，這裏不說「相等」而說「相稱」，便是這理由。例如丈夫知識很高，而妻子完全不識不知，這便太不相稱了。知識的距離太遠，最容易發生不快。一面覺得真測高深，而另一面又覺得對牛彈琴，馴至語言無味，面目也便可惜，久之自然會發生不幸的結果。從前的文人雅士，往往到中年以後，喜歡納一個聰明伶俐的妾，教她知書識字，或妙解音律，大部分也是為

了補償夫婦間知識上距離太遠的苦痛。如宋的趙明誠李易安，元的趙子昂管仲姬，志同道合，知識相侔，感情的融洽，也是古今稀有的。

(二) 生活習慣調和——夫婦是由兩個生長在不同的家庭和背景的人結成起來的，當然各有各的生活習慣。但為減少磨擦，消除不快起見，最好雙方犧牲一些成見，以接受對方的意見為快樂。例如飲食方面，各地有各地的嗜好，甚至絕然相反，這時祇好用折中的辦法，彼此遷就一點。如有些人喜吃辛辣葱蒜，有些人絕對不能入口，同桌吃飯，往往發生困難，何況日常相處？這時唯一的辦法便是愛吃的人少吃一點，不愛的人漸漸嘗試嘗試，久而久之，或可調和起來。又如許多男子，不喜洗澡洗足，或睡眠太晚，許多太太為了這事不快，因不快而感覺婚姻上的缺陷。這在做丈夫的便應該覺悟，太太的不快，是由於自己的生活習慣不好，應該趕快改除。他如衣服的不修邊幅，頭髮鬍鬚的不加修整，也往往是勃瀆的因原。

(三) 思想見解相若——兩個人的思想見解雖不能完全求得一致，但至少不能立於相反的地位。從前俄國大文學家托爾斯泰出身貴族，家境富裕，夫婦生活，可稱美滿，結婚之初，也頗相愛。但因托爾斯泰素抱平民主義，散展名利，對下層階級尤表同情，願意躬自操作，分散家

財給平民。他的夫人生長富貴之家，羨慕榮華，唯恐不及，對於托爾斯泰的主張，大謂不然，因此家庭之間，時生衝突，有時更尋死找活，以相威脅。終於托爾斯泰到了八十二歲的高齡，棄家遠走，不幸感疾而死在途中。托爾斯泰夫人追悔莫及，悲慟過度，神經也失了常態。一個美滿的家庭，便因思想見解的相左而破散了。

(四) 知足常樂，勿多出怨言——有些婦女，喜歡嘮叨多話，動輒不滿，整日打雞罵狗，嘵嘵不休，弄得家庭有如囹圄，沒有絲毫樂趣，結果反而破壞了終身的幸福。從前法國拿破崙三世的皇后，是西班牙的公主，因為容貌美麗，拿破崙很鍾情於她。不料她生性猜忌，常常疑心丈夫有外遇，整日嘵嘵抱怨，醋海興波，又喜歡哭訴，發洩牢騷。她丈夫本無外遇，但被她弄得很多苦，久而久之，忍無可忍，便不得不另覓新歡，以排愁解悶了。這感情的仇讎，是她自己造成的。又美國大總統林肯的夫人，也有多言抱怨的毛病，常嫌林肯相貌不揚，態度不好，面容如患癆病，走路像印第安人——一切的一切，她總覺不滿，而且聲音刺耳，無端發氣。所以林氏雖貴為總統，而家庭幸福，可謂全無。當他充任律師時，每逢節令，別人都喜歡回家榮叙天倫，而林肯則寧可在外寂寞，不願回去看夫人的尊容。所以林肯常以為這是他畢生的憾事。然而我替林肯夫人想想，她必然也是終生感覺痛苦的。

(五) 取其所長，毋事苛求——凡人不能十全十美，當你尋求配偶時，亦很難得完全滿意的對象。因為人本來是千等萬樣的，只要你肯欣賞他的長處，不作吹毛求疵的責備，那麼家

庭之中，自然也可減少許多不快。從前英國首相底士累利在三十五歲娶一富孀為妻。她較底士累利年長十五歲，且又不學無術，不懂如何佈置陳設，更不懂風雅趣味。但她有一特長，即頗知「事夫之道」。她不惜拿出許多錢，補助底士累利的事業，同時她能安慰丈夫，鼓勵丈夫，做一個十足的賢內助。底士累利當初和她結婚，完全是利其多金，他自己也承認：「我之婚姻並非爲了愛情而結合的。」然而當他們結合之後，却漸漸發生了愛情。他覺得他的夫人有許多很好的德性，所以即使是年老色衰，毫無學識，他也不以爲嫌。他能欣賞她的長處，忽略她的短處。所以有時夫人因學識不夠，說話錯誤，底士累利便連忙爲她辯解，多方包涵。即使她有時做錯了事，他也不加指摘，總是十分原諒的。我們試想：像這樣買賣式的婚姻，還會產生出很好的愛情，何況自由自主的戀愛結合，難道不能使它美滿嗎？

(六) 真誠欣賞，勿作無謂評論——

美國迪克斯女士研究家庭問題，發現在美國的離婚案件，有半數以上因爲夫婦間好作無謂的評論，而造成感情的破裂。女性喜歡別人贊美自己的長處，做丈夫的便要懂得這種心理。當夫人勞苦之餘，也該給她幾句安慰的話。切不可動輒批評長短，掃人的興。美國鄉村有一諧談，說一個農婦在一天晚飯時，端了一盆稻草放在她丈夫面前，她又勃然大怒，問她所以，她忿忿地說：「我煮了二十年的菜，你從沒有稱讚過一句，大概你不懂得菜味的好歹，所以請你嚐嚐稻草的滋味如何。」這雖是一個笑話，實有至理存焉。聽說大明星華納·裴克士德最喜稱道其夫人。她本

也是舞台名角，結婚之後，她丈夫非常欣賞她的技藝。當她登台演劇時，縱使觀衆不拍手，他總是大鼓其掌，以示贊美的。

(七) 互相客氣，注意小節——

中國古話說，夫婦之間，要相敬如賓。因爲古代注重禮節，所以夫婦之間，也有許多禮節，如舉案齊眉等類。現在繁文縟節當然不必了，但也應該存着一點客氣的態度。不要以爲已成一家人了，就隨隨便便，任意呵叱，或出口傷人。須知睡毗微嫌，每能積成巨隙，久而久之，雙方隔閡愈深，愛情遂致破裂。美國文學家霍爾墨斯處家極爲客氣，心中如有不快之事，寧可自己忍受，不願告知夫人，使闔家不歡。然而普通男子，往往在外邊受氣，回家便把太太當出氣筒，這是偷夫的行爲，實在可鄙的。還有當初熱求愛之際，對情人送花贈物，無微不至。迨結婚以後，便以爲萬事皆休，不必注意小節，其實是錯誤的。西人在耶穌聖誕以及生日，雖夫婦父母子女之間，也必贈送禮物，表示互相慶祝，互相親愛。雖然有時羊毛還是出在羊身上，而對方也覺得快樂的。常見有些男子，終日在外工作，回家以後，夫人若無其事，連茶水也不招呼。或是夫人在家生病或生產時，丈夫回家也毫不慰問體貼，視同平日一樣，這都足以妨礙雙方感情和家庭幸福的。

(八) 屏絕不良嗜好，求得共同的好尚——

絕對沒有嗜好的人，有時也會感覺苦悶寂寞，所以稍爲有一二種不傷大雅的嗜好，也未始不是尋求快樂的一法。但普通人往往沉溺於嗜好之中，如好賭、酗酒、吸大烟——種種惡劣的嗜好，實在是不該有的。有時夫婦的一方不幸

染上了這種嗜好，他方必加勸阻，勸阻不聽，便生口角，口角不已，便致勃溪，久之即爲決裂的道路。所以夫婦之中最好尋求共同愛好的高尚消遣辦法。如欣賞書畫文詞、品茗、對奕、種花、養鳥、畜貓、愛犬、拍球、游泳、看電影、郊外散步、游山玩水——既可有益於身心，又不費許多金錢，更可發現彼此的優長之處，使愛情更爲強固。常見夫婦因嗜好不同而彼此相實相讓，或丈夫嗜酒吸煙，妻子便說，他可以嗜酒吸煙，我爲什麼不可打牌看戲呢？這種爲氣憤而相拼的心理，最要不得，還是平心靜氣，彼此商量如何消遣的好。

(九) 統一治家育兒的方法——

治家育兒，本是婦人的天職，但因家庭是夫婦雙方組成的，做丈夫的也責無旁貸地應該盡一部分責任，作一部分主張。然而兩人的見解和辦法未必一致，最好事前商討一下，共同定出一個原則，至於細微之處，任夫人去處理好了。有許多人，因爲夫婦見解不同，以致僕人小兒，都有無所適從之感。如丈夫喜愛清潔，而太太以爲馬虎不妨，做僕人的，便在主人前假作勤快，而背後大偷其懶。又如太太好享受，生活要求闊綽，而丈夫愛金錢，處處表示慳吝（經濟力不足又當別論），這樣便會時時發生不快，甚至感情破裂了。最不好的是教育兒童的態度不同，使小孩養成許多壞習慣。普通總是父嚴母慈，所以小孩在父親前則不敢頑皮，到母親前就撒嬌。更有一些不懂教育的母親，往往因溺愛之故，幫着兒女在父親前撒謊文過。我會見到有人家孩子打壞了父親的東西，母親說：快別作聲，等你爸爸問時，就說我打

的好了。這樣一方面教孩子知道父親是可怕的，母親是可愛的，而且父親是可欺騙的，說謊是不要緊的。還有一家，子女在學校讀書不好，成績不及格，父親問到學校的成績報告單，母親連忙說給我遺失了，不知放到那裏去了。諸如此類，均非家庭之福，所以應該極力避免的。

(十) 家庭經濟公開——最後一點，也是最實際的一點，家庭的經濟，一定要公開才對。在我國過去的社會中，男子負擔家庭經濟的全責，於是便握有家庭經濟的無上權威。有些人一切包羅，太太只能開口吃飯，伸手穿衣。有些人交出一筆數目給太太經手去用，用完再伸手去討。有些人採取包辦主義，每月交多少錢給太太，有餘是你的，不足我不管。這三種方式的人到現今社會裏還存在着，其實都是不合理的。其流弊所及，不是太太無權無能，為家人所輕視；便是太太不關痛癢地濫用；亦有拼命節省，縮減家人的衣食，以藏個人的「私房」。採取這些方式的丈夫，他們的心理無非輕視妻子，以為她是該受他的「支配」的。她是「無權過問」自己的財產或收入的。因此做太太的人，便也不由的「自外」起來，以為「他的」不是「我的」，我何必替他省儉？我應當趕快將「我的」財產置備起來。或者她想丈夫不將財產權給她，一定是他有一心，有外遇，或自己去享受了，不與我同甘共苦。凡此種種揣測，均於家庭幸福為害不淺。現在有許多婦女也在外面工作，自己有收入，不一定仰仗丈夫的賜予。因此就唱出「自願自」的口號，將家庭的開支，全委之丈夫身上，而自己個人則可以多享受一點。這固然可以替從前經濟壓迫的

女性吐一口氣，然而也不是正當的辦法。因為結婚既是雙方同意的，這家庭便是雙方共同愛護的，要想家庭生活美滿，決不是彼此鈎心鬥角所能如願的。必定要不分畛域，共同商討，如兩人的收入共有若干，將其作好一預算，妥為支配，然後照預算開支，有餘則共同儲蓄，不必各存私心，爾虞我詐。即使家庭經濟由丈夫一人負擔也應該將收入情形，公開給太太知曉，使她知道如何去支付，如何去儲蓄。兩人同心合力，則雖過着清苦的生活，就有無窮的樂趣。

上舉十項，多是老生常談，而要切實做到，則也並非易事。所以古今中外，堪稱美滿家庭者，實在不多。俄國大文豪屠格涅夫名滿天下，萬人景仰，然而他的生活，却是非常苦痛，夫婦之間，時生勃瀾。他會很憤慨地說：「我但求家庭的快樂，不願享此盛名。」可見一個家庭的快樂，實在是無上的至寶。這至寶雖不易得，但只要你誠心尋求，也並非絕對不可獲得。易曰：「二人同心，其利斷金。」願天下欲得美滿家庭生活者，三復斯言。

簡直是浪費

十月號「家」中的「二度蜜月」，我們幾位大學裏的同學都認為是一篇較好文章的。但那樣有錢的家庭，是多麼的華貴，在我們清寒學生看來，那種派頭簡直是浪費。社會就是如此的不合理，憑天良，他們能拿一點錢救救失學青年，也不為過。另一方面，一個有錢的家庭，夫婦間的感情破裂了，失却了愛，又是一件最可悲的事。幸虧後來又恢復了天倫之樂，我實在為他們慶幸。(上海·仇垠)

西風社 發行 圖書目錄

抗戰中國的故事(九週得獎文集).....	30,000元
天才夢(三週得獎文集).....	30,000元
星空巡禮(科學小品)戴文賽博士著.....	30,000元
幸福的人生(修養名著)顧啓源編譯.....	30,000元
羅斯福傳 黃嘉應譯.....	30,000元
幼童教育法 沈陳式譯 黃嘉音編校.....	30,000元
古文小品(漢英對照)林語堂譯.....	30,000元
冥寥子遊(漢英對照)林語堂譯.....	30,000元
揚州十日記(漢英對照)毛如升譯.....	30,000元
徬徨歧途(信箱集)黃嘉音主答.....	30,000元
光明之路(信箱集,土紙本)黃嘉音主答.....	30,000元
失樂園(信箱集)黃嘉音主答.....	30,000元
希望和幸福(信箱集)黃嘉音主答.....	30,000元
歐美印象(通訊集)林語堂等著.....	30,000元
空遊(徵文集).....	30,000元
創痕(三週徵文集).....	30,000元
人生之路(心理、修養).....	30,000元
大眼戲(社會、暴露文集).....	30,000元
創子手(社會、暴露文集).....	30,000元
文明病(社會、暴露文集).....	30,000元
翻譯論集黃嘉德編.....	30,000元
我愛講的故事(土紙本)黃嘉音著.....	30,000元
廣島被炸記(光社版)黃嘉音譯.....	30,000元
阿丹諾之鐘(光社版)林友蘭譯.....	30,000元
實用避孕法(家社版)郭泉清醫師著.....	30,000元
怎樣教導子女(家社版)唐現之譯.....	30,000元
黑孩子(家社版)黃朱綺譯.....	30,000元
冤竊(家社版)大中學學生得獎文集.....	30,000元
實用育嬰問答(家社版)黃嘉音 江同編譯.....	30,000元
新籃球裁判法(體育社版)彭文餘編譯.....	30,000元
西風合訂本(1.2.3.5.6.8.9).....	30,000元
西風合訂本(15.16).....	30,000元
西風副刊合訂本(1.2).....	30,000元
家合訂本(1).....	30,000元

價目如有更動當以款到時本社門市價目為準。
上海(23)膠州路一八六號西風社



三妹救了我！

令 和

現在我已四個孩子的父親，有一個美滿幸福的家庭。但在二十年前我曾演過一齣三角戀愛的把戲。由於自己的感情用事和措置失當，幾乎斷送兩個女人畢生的幸福，陷自己於痛苦煩惱的深淵裏。教我脫離險境的是我那聰明能幹見義勇為的三妹。現在每一起起這往事，立刻就浮起『三妹救了我』的思想。然而在當時我却將她恨入骨髓，以為是她破壞了我的好事。

當我三十歲那年，我在S城做電報局長。我在弟兄中是老大，那時我的兩個弟弟都已娶妻生子，但我却還沒找着一個合於理想的對象。有一次由於偶然的機會認識了一位金振粹小姐。她出身S城的望族，父親早已去世，是本市女子師範學校畢業的。相貌中等，然而舉止靜雅，談吐大方，我們一見就很投機。每到星期日總要晤面，平日還不斷地魚雁常通。她的中文根底很好，書法尤為秀麗。然而美中不足的是她體格上有一個缺點，她的右足微跛。我們通信和見面時從來沒談到婚姻問題上去，但我察言觀色，知道她已經愛上了我，祇要我向她提出求婚的意思，大概是會被拒絕的。她的人品學識性格我都非常敬愛，然而不知是我太自私還是太缺乏勇氣，每想到要向她提出時，另一個思想立時出現在我的腦際：『我三十不娶，結果娶了個跛腳女，豈不被

親友恥笑？』於是我的熱情消滅了一半。第二年春天，我被調到P城去工作。臨別的前夕，金小姐設宴為我餞行，悲痛異常，泣不成聲，那時我才發現原來她是如此熱情的。

我的家就住在P城，我的家庭是一個人口衆多極其複雜的家庭，那時我有祖父母，父母，叔父，嫡母，弟弟，妹妹同住。家中是相當舊派的，我是老大，若是在P城結婚，則必須和大家庭同住。我若能找到一位舊式家庭的小姐，對於我的家庭環境也許更能適合些。

回到P城後不久，由於朋友的介紹，認識了一位趙小姐。這位小姐身材窈窕，皮膚細白，她的臉型活像中國古畫中的美人。她是沒有上過學校的，見人有點羞澀樣兒，是一位標準的舊式家庭中的小姐。我一見她就喜歡，尤其是因為她若到我家裏去做少奶奶，身份是再適合沒有的了，因此我就積極進行起來。

她每次和我見面時總有姊姊，嫂嫂，或姪女陪着，也不肯和我多講話，我覺得怪怪扭扭的。後來我和那位介紹人商量能否請她和我單獨見面，不要那些隨員或監護人陪伴着。那位朋友說人家舊式小姐在訂婚之前決不肯單獨和任何男子出去玩的。於是不久我就提出訂婚的要求。訂婚以後我們時常單獨在一塊玩，這時她和我熟了，也不

像以前那樣羞澀不肯開口了。過幾個月後我們就結婚了。

婚後生活很甜蜜快樂，瑛——以前的趙小姐，現在我的妻——很懂得在大家庭中作媳婦的道理和技巧，因此頗得祖父母和父母的歡心。她很精明能幹，因此全家的人都很愛她。當我聽見親友誇讚她的時候，我得意，驕傲，我覺得幸而沒娶那位金小姐，否則豈不要受別人暗中的嘲笑？

後來我寫了一封信給金小姐，報告我已結婚。這時我做了一件大錯特錯的事，我不該欺騙她，我對她說我很對不起她，我的結婚是不得已，完全是由家庭作主的，我和妻並沒甚麼感情，我仍然愛她。當時我自以為我的辦法很聰明，因為我表示仍然愛她，可以給她一點安慰，免得太傷她的心；同時我既然已經結婚，不管是否真由家庭做主，她總沒有再和我結合的可能，這樣就可以讓她死了心。否則我對她怎樣解釋呢？難道真說因為嫌她有殘疾不願娶她嗎？

然而我自己弄巧成拙，她來信一點沒怨恨我，她說祇要我仍然愛她就滿足了，形式上的結合她根本不在乎。她說她的心已經給了我，此生不再作婚嫁之想。後來我屢次寫信勸她不要因我而犧牲一生的幸福。她來信總說寧可以甜蜜美麗的回憶和幻想安慰自己，不願嫁一個她所不愛的人。我一點辦法沒有，祇好由她去吧！

婚後第三年，我的工作又調到了城。這時妻已經生了一兒一女。於是我們就在城組織了小家庭。在這裏家是我們的，一切可以由我們自己作主，比在大家庭中的時候舒服多了，自由多了。這時我的收入也增加了許多，又有了兒女，

家庭中更充滿了生氣和快樂。妻雖然隱約地知道一點我和金小姐的一段關係，而且知道我們一直通着信，但是她相信自己的地位是穩固的，相信我愛她，所以她並不干涉我們通信。

次年秋天，局中派我到S城去辦理一件重要公事，於是我順便去看望金小姐，還帶了一支自來水筆送她。公事辦完之後，我又多停留了四五天，每天都和她一起玩。我們遊山，划船，玩得非常快樂。真奇怪！這次我和她相聚時覺得她特別可愛，她對我比以前更加親熱。在這幾天中，我們的愛情突飛猛晉。我忘了自己是有妻子兒女的人，她好像也忘了我是有婦之夫。

有一天，金小姐突然問我：『請你誠實地告訴我，你和尊夫人的感情究竟如何？』

『其實我和她的感情也不能算壞，』我想了。『不過不能得到你，我總覺得是地老天荒的一件缺憾。然而我不能捨棄她，不忍捨棄她，你有甚麼兩全的辦法嗎？』

『我早對你說了，我的心已經給了你。這幾天的相聚更使我覺得我不但愛你，而且需要你。你離開我之後，我真不知怎樣活下去。女人總是痴情的，我一向認為自己的理智相當強，但是愛了你之後，我竟不能逃脫情感的支配。祇要能和你長相廝守，任何犧牲我都情願！』

這時我大喜欲狂。我緊握着她的手說道：『粹！我真不知怎樣感謝你的厚愛。回去後，我就和她商量。我既不和她離婚，你又不和她爭名份。你已這樣讓步，我想她不應該再不同意了。那麼請你耐心地等候好消息吧！祇要她一同意，我馬上就來接你。不過我終覺得太委曲你了，祇

好等將來慢慢補報吧！』

於是我興高采烈地回到T城。因為太興奮，急於要解決這個問題，於是到家那天的夜裏我就將這問題向瑛提出了。我告訴她這次我和金小姐相聚了五天，我們的愛情已進展到不能再分離的程度；我告訴她金小姐情願自己讓步，不和她爭名份。我請她可憐我們，成全我們。我還向她保證決不會對不起她，決不會因為有了金小姐而冷淡她，相反的，我會因她體諒我，同情我，成全我而更加敬愛她。

瑛聽了之後哭得淚人兒似的，她說：

『想不到這樣快你就對我變了心。你太自私，這樣做不但對不起我，也對不起金小姐。人家受過高深教育的小姐，嫁給你做二房多冤枉！夫妻的關係根本不容許第三者參加，結果三方面都痛苦。請你趕快死了心，她雖然願意犧牲，我可不能不願意犧牲！』

這時我又失望又氣惱，我對她說：

『這樣做你並不吃虧呀！我又不同你離婚，人家又不搶你太太的寶座，還有甚麼不肯？』

『不肯就是不肯，少廢話！無論你怎樣說，反正我不上當！』妻一反平日溫柔順服的態度，為自己的權利而強硬起來。

這時我雖氣惱，但並未完全失望，我心裏另外有了打算：『你既不同意，那麼我們瞞着你秘密同居起來，看你有甚麼辦法？』我心裏想着。從那以後，我和瑛不再談起這件事。我因旅途勞頓，回來以後又忙着開會，作報告，簡直鬧得精疲力盡。金小姐那裏我還沒有工夫寫信報告，我和妻談判的經過。

半月後的一天，突然接到金小姐的一封信，但是內容却是我夢想不到的。

覺非先生：

若不是尊夫人指示迷津，我幾乎鑄成大錯。我不願再談往事，不過有一件事實你不應該欺騙我。假使我早知事實的真相，我早就覺悟了，不會再接受你的愛，不會作繭自縛地苦戀你這許多年。

原來你和尊夫人的結合並不是父母做主的，完全是自己戀愛成功的。假如我早知道這個事實，我何至於執迷不悟，一直相信你是真正愛我的呢？

我不願破壞你的家庭，不忍叫你和尊夫人離婚，情願自我犧牲而採取委曲求全的辦法，自己以為在良心上說是比較一般強迫自己的愛人去和太太離婚的女人，比較搶奪別人的丈夫的女人，人格高尚得多。現在我覺悟了，我這個思想是根本錯誤的。雖然我的本心是不願破壞你的家庭，然而我這樣做不是正是破壞你的家庭幸福嗎？在你們夫妻之間多了我這個第三者，結果是大家痛苦。我自己當局者迷，感情使我失去了一切的理智。多謝尊夫人的指實開導，使我澈底的覺悟。幸而還不太遲，我還來得及懸崖勒馬，否則我們的結果真不堪設想了！

請你忘記了我，忘記我們的過去，專一誠摯地愛護你的妻子兒女，造成一個更幸福更美滿的家庭。

看完信後，我將它遞給妻。我說：『你究竟是
振粹』

甚麼時候寫信給她的？寫了些甚麼？想不到你還有這麼一手！」

她一邊看信，一邊得意地笑道：「阿斗雖然無用，可是他有諸葛亮呀！」

「甚麼？」我驚異地問道，「誰是你的軍師？我恨你的軍師，他破壞了我的好事！」

「別急了，讓我詳細地告訴你吧，」妻說。

「當你回來那天晚上告訴我這件事情以後，我傷心了一夜。我想你既然那樣愛她需要她，我情願退讓，和你離婚，讓你們成爲正式夫妻豈不更好？反正三人在一起，也不會有好結果，不如離婚來得乾脆！於是第二天我到三妹教書的學校去找她。我將種種經過詳細告訴她。我說我已下了決心和你的離婚，請她在幾年姑嫂情義上替我照顧兒女，因爲我不能帶着孩子回娘家去住。可是她一聽之後堅決地反對，她說我這是懦弱，糊塗，要不得的辦法。她問我還愛你不愛，我說當然愛。她說既然愛你，爲甚麼要把自己的丈夫送給別人，讓給別人？她說中國的女子一向以不嫉妒爲美德，遇見有另外的女人向自己丈夫進攻時，不是縱容默許，就是自甘退讓，這不但不美，簡直就是放棄自己的責任，放棄自己的權利！她說離婚是萬不得已的辦法，祇要有別的路走時，千萬不可冒然走這一條路。受到犧牲最大的，就是無辜的兒女。離婚後的子女，往往成了「三不管」的孩子，他們身心的發展都將受到嚴重的打擊和阻礙。爲了我自己和孩子，我都不應該這樣逃避自己的責任。這樣一個美滿幸福的家庭，自己忍心拆毀嗎？再說我又沒有經濟獨立的能力，離婚以後回娘家住的滋味又豈是好受的？她又說

，「大哥這人也真怪，既然先認識金小姐，愛金小姐，爲甚麼又和你結婚？爲甚麼你們結婚之後那位小姐還不死心，還這樣死心塌地的迷戀大哥呢？」我告訴她當初你因爲她身體上有點殘疾所以不願和她結婚。和我結婚以後，你騙她說我們的婚姻是由父母做主的，你仍然愛她。所以人家才這樣執迷不悟。最後我問她既然不贊成我同你離婚，她可有甚麼挽救的辦法。

「她說：『現在大哥好像完全失去了理智，勸他求他都沒有用，況且有這樣的便宜事，那個男人不幹！所以從他這方面下手是不成的。女人總是善良的，富有同情心的，現在我們先由金小姐這方面下手試試看。』

「最後三妹出了個主意，由她起稿，用我的名義寫一封信給金小姐。她現在是當局者迷，看不清楚自己所處的境地，理智完全被情感迷惑住了。如果感以至情，曉以大義，苦口婆心地勸她，哀求她，或許能感動她，提醒她也未可知。如果不成再想別的辦法。沒想到這封信竟有這麼大的效力。」

妻從鎖住的抽屜中取出底稿給我。

那封信是這樣寫的：

金小姐：

請先讓我介紹自己吧！否則你對於這不知姓名的陌生人的來信，也許會感到過份的驚異，突然。我是你的愛人劉覺非的妻子趙文瑛。我寫這封信的動機完全是爲了你，他，和我三方面將來的幸福設想。我的話語也許有太直率，太使你傷心的地方，不過這痛苦是暫時的。等到你將事實看明白的時候，

等到你翻然覺悟的時候，我相信你能了解我，同情我而不怪罪我，恨我。因爲我所做的是每一個愛護自己的丈夫，愛護自己的兒女，尊重自己的人格的女人所應該做的。

覺非回來以後告訴我這次他和你聚會了幾天，彼此的愛情激增，並且說你因爲愛他需要他，祇要能同他結合，任何犧牲均所不惜。他徵求我的同意，要求我成全你們二位的幸福。

就覺非的立場看，這當然是求之不得的。他祇幻想着左擁右抱的艷福，沒有想像因此而將產生的種種不幸和苦果。

在這個奉行一夫一妻制的時代，你和覺非的結合根本就是違反法律和社會制度的。試想你在我們家庭中將處在一個如何痛苦不自然的地位？縱然你不在乎地位名份，也不願輿論的指摘與批評，然而就是我們自己——我們三個人的關係也是沒法調處的。夫妻的關係是決不容許有第三者參加的。

現在我們已經有兩個孩子，夫妻一向感情很好，家庭本是美滿快樂的，若是有第三者參加，則家庭中將充滿猜疑，嫉妒，虛偽，仇恨及一切不可想像的痛苦。

固然你愛他，需要他，然而我和他的關係比你更深，需要他愛他比你更甚。假使我和他的結合是由父母之命媒妁之言，他根本不愛我，那麼你甘冒大不韙，爲他犧牲也還值得，也還近人情。但我們是由戀愛而結婚的，他認識你在前，認識我在後，在我們兩人中他選中了我，（下接第十八頁）



西雅圖的故事

楊惠

西雅圖與羅馬城有一點相同，都是建造在九個山頂上的山城。它在美國的極西北角，是華盛頓州的第一大城。舉手向這住了十一個月的「峻嶒」的城市告別時，又回味起一連串「常綠」的景緻，山水，人臉，和故事。

還不到一百年以前，西曆一八五一年九月二十八日，是這個城市誕生的日子。第一羣的白人開路先鋒佔據了現在城市海灣對面的一小角地盤。漸漸的，白人的數目多了起來，他們就得給這地方來一個命名典禮，先想出的名字是「紐約阿二」(New York Alki)、「阿二」是印地安語，意思是「慢慢的」——這其實倒是個相當好的名字，因為直到現在，人人都說假如西雅圖的四十七萬人口增加了十倍到十二倍，它即將是第二個紐約：這兩個城市有許多相似之處——一個典型的開路先鋒的幽默名詞。現在的命名「西雅圖」，是最後的一個印地安酋長的名字，他對白人很友善，當他率領部下退出這山島時，最後的一句話是：「白人不會孤寂。」(意思是這裏到處可以看到他們祖先遺留下來的功績和精神。)

(一) 玫瑰花

整整九十五年之後的西雅圖，是一個現代的

大都市了。它不能代表美國西部，就好像紐約並不能代表美國。印第安酋長說得對，在這個島城上「白人並不孤寂」：到處都可以看到它的國際性的特徵。除了過路人之外，有一個「義大利區」，一個小「中國城」，聯合湖邊的俄人集中地，不少日僑，和混了血的金髮黑膚的菲律賓人。

一九四六年九月二十八日，西雅圖的唯一大學華盛頓大學也更添了不少「國際學生」——它們來自世界各國，經過了千山萬水，帶着微微含羞而蘊藏無限希望的眼光，來到新大陸。這裏面，最出衆的，最多的，最活動的，是來自中國的那一羣。

是秋天。

是國內菊黃蟹肥的季節。

西雅圖却没有秋天，偶然也會看到一兩株紅葉楓樹，初來者驚嘆着「秋天的顏色」，其實這紅葉別季也紅，而綠葉也是常年皆綠。可寶貴的倒是雨季尚未開始的九月底和十月初的天氣：涼爽、晴朗、曬不熱的陽光，吹不冷的好風。像一個淡妝瀟灑的少女，不十分美，但很惹人愛，有那麼一種吸引人的韻味。

就在那一天，剛從中國來的「她」到了西雅圖。

也是那一天，一羣在軍隊當了一年翻譯官的「他們」從美國南部飛到了西北角。

在華盛頓大學的某一隅，他們互相的看見了黑髮黑眼珠，掀起幾絲家鄉的溫暖感。不用介紹，不必寒暄；免了客套，省了敷衍。當天，就已是熟識的朋友。

「他們」羣裏的「他」，最年輕，免不了也最幼稚，有義氣，但也有他的壞脾氣。出身在典型中國中部大富之家，是舊式封建社會遺毒和浪漫派現代小說交織成的一種不正常的心理和性格。但襯填在這交織品底下的是純真和善良，只可惜花紋太複雜之後，人就看不出本色了；非但看不出，人說，這是件沒有本色的織料。

他聰明，却犯了聰明人最容易有的毛病：矜持，愛玩，不用功。他好勝，却又想不費力輕易的就出人一等。現實的一切不能滿足他，躲避到小說，和電影裏，製造出自己的幻影，把自己的一切經歷，加上一些戲劇性的調味品。

第一天他就覺得自己是愛上了她。

幾天之後，他第一次找她約一個「日期」(Date)，兩人對這個山城都是陌生的，從公共汽車上跳下來，不知「第五街」戲院是在左還是在右，他向車站的一位制服軍人問路，相反的，得到回答是：

「我也不知道，對不起。……且慢……不能請你一件事？那一位小姐是不是你的朋友？這兒有一樣東西，請你轉送給她，謝謝你。」

他拿給了她，她張大了驚奇的眼睛，想謝謝那陌生的美國人，却連影子都已找不着，打開五

色繽紛的紙包和匣子，是一紫銀絲扎的玫瑰花。戴上了髮髻，她想：這裏面必有一個動人的故事。

看着玫瑰花邊的圓臉，他想：這該是一個絕好的預兆吧。

自此以後，他找她的次數依幾何級數遞增，他覺得他越多看她，越喜歡她，就更愛看她。

她呢，把他當作一個普通的朋友，像一個熟的女朋友一樣，什麼話都說，什麼事都不故作或客氣，想什麼就說什麼。認識不到一個月，她就開誠佈公的向他說：『我們不要拘泥於傳統的規矩，我可以和你做一個很好的普通朋友，但如別人以為的追求之類的事，你大可不必用在我身上，因為我知道我自己。假如你願意維持『柏拉圖』式的哲學友誼，我很高興，不然，儘可不必來找我。』

他和她是屬於兩個極端不同的型，這番話，叫他覺得損害了他的尊嚴。他不想去找她，可是辦不到。他控制不了他的情感。但每次看見了她，那冷冷的態度，不是他所希望的，又帶給了他無限苦悶。

十一個月中，數不清的次數，一點點小事，一兩句話，使他『自卑』，就更想藉『她』增強他的好勝心，顯示給另外的朋友看。有時他就下意識的做出自己想不到會做的事，他欺騙，恐嚇，都並非是他的本意，但在『情結』的壓迫下，只要達到『看見她』的目的，不擇手段。

當面呢，他說他很懂，很明瞭他和她的情形，也願意和她做一個普通的好朋友……只是，那種情感，他實在壓不下去，一看見她，他就不是

他自己，沒有了理智，沒有了頭腦。

她決定離開西雅圖了。雖然她很愛這山城，雖然她在華大一切順利，她是第一個『中國女孩』教師，她和高大的美國學生羣打成一片，和教授也都談得很好。她將到東部紐約去繼續研讀，也好的，至少，他可以不再那麼『不正常』。

在她快走的時候，他更多情了，也更多想入非非的幻覺和癡念。她覺得她不能再放縱他的癡情，她需要給他這『專被情感衝動做事』的人一個教訓。朋友是該互相切磋琢磨，不是嗎？那她也應該改變從前『自然』的作風，為他想一下，怎麼樣是為他好。

他向她賠罪，承認自己以前一切做錯的事。但是都為了『最後』的一個要求：他要好好的為她送行，和她兩個人儘量的玩一天，然後送她上火車。她不答應，她說可以饒恕以前的一切，淡淡的但沒有什麼惡感的分手，却無論如何不能再『寵壞』他的情感。

她沒告訴他幾時走……他和她約好走前的一天是『他』的。他知道她是宿舍關門那天禮拜六的夜車走；禮拜五該是他的約會日期。

記起第一次約會的『花的故事』。他在禮拜五中午趕到花店買了一匣銀絲扎的玫瑰花來，帶着早預備好的紀念品禮物。一時半走到宿舍的總辦公處按鈴。

下樓的不是『她』，是金髮碧眼的她的同房，遞給他一封厚厚的信。信封上是她的字，迷糊中，他沒聽見這位美國小姐說的話，急忙把信拆開，耳邊聽到，也看到了：她已經在二小時前離開西雅圖了。他還是不大相信，勉強把信讀完，

恍惚而蹣跚的踱出『蘭里度』，他趕到車站，再作最後的一個嘗試。

每天開往的東部的車都只兩班，下午三時和九時。他站在門口，仔細看每一個上車的人，沒有她。三時之後，他又打了無數電話，希望她還在西雅圖某處等九時的車，問不到，沒希望了。她早已上了十二時南下往好萊塢的車。

走出車站，極度的頹喪中記起玫瑰花紫，第一對走向他面前的漂亮男女，他就把花交給那青年轉送那不認識的小姐。

甜的微笑，『謝謝你！』

他說不出話來，苦笑中，他問自己：這故事會不會連續不斷的像『連鎖信』一樣呢？

回到家，苦惱占據了他，看書，一行行字裏儘是她的名字，睡覺，眼前儘是戴了花側了頭笑的她的臉。

翻開了日記簿，他開始寫：

『扭亮了桌燈，

我夜坐窗前，

舊日的伙伴星散了

回憶中多少人臉

還有我會愛過『玫瑰』，

為她灑過幾滴眼淚……

(二) 脚印

西雅圖冬天的特色是雨而不是雪。十月至二月底是雨季，雨量多，但並不太長，落落停停，停停落落，住慣了的人都說這雨並不討厭，至少它叫華盛頓州的樹木終年常綠。

就在突然的一陣雨中，六呎高金髮碧眼的德第一次對她發生興趣。他們在教堂式的建築的圖書館走回宿舍時碰到了，兩人都沒傘；她在頭上裹了一塊天藍的頭巾。他們同上一班研究院的研完課程，却從來沒機會說過話。這兩個人，都是大家公認爲恬靜，不愛說話的人。

「你好，」德覺得她的笑渦和黑眼睛頗有點令人神往。

「你會說中國話？」她驚奇得連客套都忘了。

「已經忘記了不少。」

「說得非常好。」

「那兒的話。」

她更驚奇了，美國人竟把俗語也學會了。一連串的問題引出了他的教育背景。到兩人在體育館前分手時，她已經知道得相當多了。

四十多年來第一次，西雅圖在十一月中就見雪了。而且是大雪，氣象台上報告說是受阿拉斯加寒流影響。多少西雅圖人從前會對她說過：「我們這兒見不到雪的。」現在也只好加以「出乎意料之外」的解釋。還不到一天一夜，雪已積得相當的厚。西雅圖城九十五年來雖會經過不少變化，地是高低不平，自海面十二呎的平地到拔海五百呎的高地，一積雪，街車走不動了；公路的長途公共汽車也停了下來。飛機盤居不起，於是，送貨車、郵局、火車，都受了阻礙。

西雅圖一片白色，美不勝收，樹上的紅花紫果和綠草依然故我，這景緻，是畫家筆下的東西。也是我們在聖誕卡上常看到的顏色。請先別那麼「羅曼諦克」，緊急的煤礦罷工消息在鎖着家

家戶戶主人的心胸。學校存煤也不够了，開會結果，暫時停課。

停了課才兩天，她却又無聊起來，不必教書也不必念書，正是大舒展的時候，但出無車，連每天盼望等候的信也沒有了；怎麼不忽然感到空洞？開窗看雪景，呆得慌時，來了個德的電話。

德沒去過中國，但說得一口好中文，不能說「好」，因為那已經是他的第四國文字，比中文好的是他的英文，荷蘭文，和德文。（先不提他的拉丁文）。她剛開始學德文，法文是學過三年而生了鏽的。於是乎，在電話中，他們倆用三種不同的語言交談（英、中、德），沒事，却打了一小時的電話。

就這麼君子之交淡如水，相互間漸漸的還只比「哈囉的點頭朋友」高一層。寒假裏，誰也沒見誰。寒假後，也沒互通消息。

春天了。西雅圖的雨也停了，羞澀的陽光把空氣燻炙成醉人的大好春天。華大的草地上是躺着曬太陽一對對男女，五顏六色的初夏服裝裏是一顆顆活躍的心。

德和她又並排的坐在「貨幣理論學」的研究班裏，每天見面。每星期四下午又一起上「國際貿易」的研究班。他們的興趣相同，爭論中更增加了不少益處。累了，聽膩了教授的話時，他們作自己的筆談，幽默談話的俏皮話是用三國文字寫成的；她的德文由德改，德的中文由她改，說不完的話，寫不完的紙條……

德是在哈佛大學攻讀哲學的，同時，對中文發生了興趣，念了二年。畢業後美國也參了戰，他因爲會中文，被派到空軍，擔任訓練中國空軍

的職務，整天，就和中國的年輕孩子一起吃、睡、玩、討論、研究。戰事完後，他家搬到了西雅圖，他就想在華大研究院念遠東系碩士，但讀了一年，他覺得那些課程並不如意想的好，心血來潮的轉了經濟系。想不到是：他遇到了一位聰明伶俐的中國女朋友。

他們不同種族，不同國籍，兩人也就都有強烈的「先見」，他們決不會愛上一個「外國人」。也許就因爲這樣，第一次德約她一個約會日期，他們就討論「愛」，「人生哲學」，「結婚」和「家庭」這些問題。

一個滿天星斗的月明之夜，到中國茶館吃過餛飩，他們在學校校園散步，德爲她講他對「愛」的看法和他過去的羅曼史。他覺得永生的愛是需要慾望和自然的衝動之外，還必須有相互間一種精神上哲學的連繫，缺少了這一樣，熱情很容易隨人的衰老而減退。他也承認美國人大多數都只有肉體的情慾，也只靠那一點點，談愛情，結婚，成家等等。有些人也許也過得很好，度過了一生；但在有些人是不足的。德曾經和一位叫麗的女孩子訂了婚，當時他以爲自己很愛麗，但分別了六年，他知道他們間的距離越隔越遠，他也不再寫信；並不是不會寫或不能寫，他覺得他們之間沒有那永生的精神的和哲學的連繫。

德和許多美國女孩子玩過，也和她們很熟。但一二次之後，他就會覺得厭倦，她們沒有哲學的感覺，只是漂亮的衣架子和生活的機器而已。只有她——這不平凡的東方女孩子，小巧伶俐——但他對她有那麼一種哲學的愛。

她欽佩德的聰明和創造力和理解力。時時刻

劉她都發現他超人一等的邏輯和他出類拔萃的理想。她更敬重他的為人：正直，忠厚，責任心，幽默感，哲學味，誠實，而也謙卑自信。奇怪的是她特強的理智，她永遠不會愛上他。因為她有『先見』(Preconception)，她知道她在國內感情的根，犧牲了祖國和家，她是永遠不會快樂的。所以她在開始就知道她不能愛也不會愛一個美國人。

微雨中，他們又在一起散步了，是傍晚——春天的黃昏——是一個月中唯一的一次雨：

沉默中，只有雨聲和他們兩人的腳步聲。到了她的宿舍，德忍不住了：『我愛這雨，不若晴天的蒼張，也不若陰天的沉悶，多走一會吧。』

從四十五街又向校園走，一向靜得可怕的德今天都是他的話：

『我奇怪你這樣年青，却這樣理智。……我喜歡你的個性，佩服你的哲學和人生觀……世界上醜的事比美的事多，可悲的苦難比快樂又多，你也同意這一層，但比我更有胆量和堅強的魄力去面對這些現實的悲哀和災難。我希望世界上多一些像你這樣的人……我喜歡你，這是哲學的愛，所以是永遠的精神的愛。……』

她一直保持沉默。

夏天了，西雅圖沒有夏，太陽和空氣更美了，是『不出汗的夏天』。他們的『哲學之交』更陶醉於醉人的天氣裏。但沒幾時，他接受了建造一個水閘工程的職務，離開了西雅圖。臨走的前一夜，他們緊緊的握手，說再見。

在水閘工程的營房，他做着賣力氣的工作，給腦子一個絕好的休假。土坑式的宿舍，竟找不

到一瓶墨水，他却還是在黯淡的燈光下用鉛筆給她寫那些哲學氣味很重的美麗的信。這是她離開西雅圖前收到的最後一封：

『我最親愛的朋友：

平凡的日子，不用頭腦的工作，叫我每晚下了班就精疲力盡的倒頭睡去。又幾天沒寫信了，是真的有『心』無『力』，夢裏是每晚見到你，自己一點不覺得你並未見到我。

『人』總是『人』，我對這機械的工作已開始厭倦和感到單調了。假如一個人的工作不能充分發揮他的才能，他可以做更好的事，而『才』不盡用，他不會滿足，不會高興。這就是我現在的感覺。但是，我的內藏的能力和才幹究竟是多呢？什麼才是我可以『盡用』的『工作』呢？我又回答不出……

這世界充滿了『問題』，需要『人』去解決它們。大多數的人却又背道而馳。你看美國吧，幾個人真有的『主意』和做人的『目的』？羣衆是『盲從』，於是一兩個真想做做事的人到頭反被老奸巨滑的人壓了下來。

別罵我『悲觀』和作過分苛刻的批評。事實是如此。什麼事使我快樂呢？人人說人生是尋求快樂，賺錢發財就快樂了嗎？在美國，離婚潮日趨猖獗，家庭社會問題越來越多；而翻開每天的報紙，訂婚和結婚通告又都讀來帶着那麼一種美麗祝禱的語調，似乎『訂婚』和『結婚』是天堂樂園……『宗教』，這兩個字聽來也很神聖，除非它真真積極的幫助人造成一個有力的『哲學』，我也看不出有什麼功用。你覺得美國人現在是否在自取滅亡？(假如如

他們再不更生，再不覺悟，重新採取一個有主義有目的的人生觀。)

你大概要說，又是那麼一篇牢騷。在這麼寂寞單調的環境裏，能變出些什麼新花樣呢？今天我又和上司爭論了一次——這『吵架』在我，已成了司空見慣的常事——許是我有怪脾氣，和普通的美國人過不來。做事還是相當勤懇，每天下工是一臉的塵土，全身灰沙。曬得怪黑的，你看見我時必不認識了，過度的維他命D却又無法出售。

說起『見面』，我想請假不准，來西雅圖送你的願望將永是一個『願望』了。你知道我的心。好在九月中我也將重去『哈佛』，將來見面的機會總也還有。

每晚念德文的『毅力』總算有一點。中文却更荒蕪了。快別稱讚我的信，你自己的英文信那麼流利，那一天你能誇我的中文信，那我真該得意了。

滿天星斗，水閘邊的水泥架和機器，夜色朦朧中看起來像一隻『餛飩』。我恨我們以前作長談的機會太少，每次都是被外來的紛擾打斷(如下課鈴，上課鐘聲，教授的眼睛，等等)。其實呢，又何必去管它！記得拍拉圖敘述的蘇格拉底，和朋友在窗口站着一談就是數小時，他的凶悍的太太用盆水澆在他們的頭上，他們一點不覺得……

夜深了，懷念起中國朋友，餓了，也想吃中國菜，更餓更想的是『精神的糧食』。到了紐約，別忘了就給我地址，希望你不要像以前那麼懶。(下接第二四頁)



紐約的親屬法院

——介紹兒童法庭與家庭法庭

律師陸昭華

過去紐約的兒童法庭與家庭法庭，彼此獨立，各樹一幟，至一九三三年通過統一法令後，這二個法庭乃合併而為「親屬法院」。

親屬法院分兒童法庭與家庭法庭兩部門，共有法官十二人，工作人員四百人，其中一百五十人是保安警察。該院規模宏大，設有精神治療院，從事診斷及醫療等工作；又有物理化驗室一處，專事身體健康的檢查。在家庭法院中附設銀行部，負責收付各種款項，根據法院命令，代為供給在法律上應受扶養的人。

紐約的兒童法庭

紐約的兒童法庭，是六十年來社會福利運動的產物。紐約防止虐待兒童會，早在一八八〇年成立，當時凡是被送往警察法庭的兒童，被他的父母所忽視者，都由該會收養，加以保護。同時有一位同情兒童的法官，當他遇到審理兒童案件時，不願高坐法庭，而利用他的辦公室，閉門審問，使兒童與成年犯隔離，而不受同一審判程序。自一八九三年起，紐約城內幼童犯罪，不得禁閉於警察局監獄或拘留所。至一九二四年，獨立的兒童法庭初設於紐約市內。法律規定十六歲以下的兒童，僅有一種犯罪行為，便是殺人罪。至於其他行為，在成人做了也許要構成犯罪，而兒童做了祇能認為頑劣行為 (delinquencies)

。其他如不知悔改，逃學，不聽從命令等，也都包括在頑劣行為之內。凡未滿十六歲的女子，未經法庭許可，不得結婚。至一九三一年，法律又規定未滿二十一歲的未成年人，如生理上的缺點，法庭應命令治療。一九三二年紐約修正強迫教育法令，凡父母不注意兒童入學的事，便認為違反法令，應受兒童法庭的審理。以上一切法令，現在都被合併於紐約的親屬條例中。

上面所說被忽視的兒童 (neglected child) 與無所依靠的兒童 (dependent child) 定義不同，現說明如下，以免含混。

(一) 被忽視的兒童是指父母雖有教養能力，而故意背棄他們的責任。

(二) 無所依靠的兒童，是他們的父母無力教養的兒童。

現在紐約兒童法庭對於無所依靠的兒童，沒有管轄權。但職務上仍幫助這種不幸的兒童，取得適當的教養。

兒童法庭的執行職務，完全不重形式。審理兒童案件都不公開，禁止旁聽，律師也不得代表出庭辯護，法庭室中充溢着友愛和諒解的空氣，聽不到兒童判罪的詞句，而同情告戒以及設計保護是法庭應盡的任務。兒童在法庭上並不居於被告的地位，而等於參加會議。這種會議召集的目的，是保護兒童，造福兒童，以建立兒童對法庭

的信仰。兒童法庭的法官，根據事實，決定兒童應否受國家的監護。忍耐地詢問，態度和藹，以及了解兒童本身的困難，都是法官審理兒童案件所必須具備的重要條件。所以此項法官人材，除了法律訓練之外，尚須具有豐富的社會思想，和對於工作的濃厚興趣。見識廣博，瞭解深刻，是此項法官應有的特點。

每一個兒童案件，分兩次審理終結。它審理的方式，等於開會，已如上述。第一次會議，確定事實；第二次會議，決定有效的糾正方法。對於兒童頑劣行為的原因，應如何設法消除，對於兒童的個性，應如何培養。在兒童法庭中負最大責任的，除法官外，當推保安警察。此項警察能迅速查明兒童肇事的原因，在他們的報告中提出意見，供法官採納；於必要時，會同精神治療專家、心理學專家，以及兒科醫生，分工合作，分析和根除頑劣兒童的病源。

保安警察須有健全的人格，聰明的頭腦，和受過相當的訓練，才能應付裕如，執行法官一切的命令。

在紐約市內，並非一切兒童集體都要受兒童法庭審理。某種兒童案件，有兒童調整處 (Adjustment Bureau) 替代法庭負責處理。該處由受過訓練的社會工作人員三人組織之，一為法庭所派的代表，一為紐約警察慈幼局 (Juvenile Aid Bureau) 的代表，一為教育委員會的代表。這種社會工作人員對於兒童問題富於經驗，能決定每一個案件是否需要法庭處理；如果遇到懷疑處可向法官請示，以免武斷錯誤。而法官方面，也往往以受理的案件，發交兒童調整處作適當的

處理。這種辦法，在紐約市內，稱為法庭以外的調整政策。

第一個家庭法庭

紐約的第一個家庭法庭成立於一九一〇年，它的主要目的，是執行法院對依法負有扶養義務的父親或丈夫所發的命令。凡不負法律上扶養的人，都稱之為違背公序良俗之徒 (disorderly person)。

家庭法庭處理此項案件，類似社會福利運動，宗教團體如得法官許可，也可參加工作。紐約家庭法庭成立後，保安制度也開始適用。

家庭法庭不論在歷史上或性質上與兒童法庭有密切的關係，因為兒童案件的處理，往往以家庭為中心，而要對兒童施以管教，也未始不可先對他們的父母採取必要的約束。紐約親屬法院的法官，在審理兒童案件和家庭糾紛時，取得各種報告，往往歸納於同一的結論。例如在兒童法庭中常發覺頑劣兒童是家庭破裂的產物，因此治療兒童，應先從補救家庭，恢復夫婦情感着手。

法官在家庭中也未始沒有在破裂的家庭的背後，發覺兒童問題的嚴重，因此他們認為被忽視的兒童與父母不睦，是一個整個的問題。

紐約家庭法庭的主要職務，是對於依法負有扶養義務的人，判令扶養他們的妻、子女，和貧苦親屬，並強制執行此項命令。至於離婚和分居的案件，不在該法庭範圍之內。

除扶養命令外，該法庭得為各種保護命令，列舉各種行為條件，判令夫婦一方或雙方在特定期內遵守履行。這種命令，都應適應環境的需要

。例如禁止丈夫虐待妻子，囑令妻子注意料理家務，有時准許一方前往探視由他方帶領的子女，或禁止虐待兒童等行為。

根據職權，家庭法庭判令一造以金錢給與應受扶養的人時，得命令提出相當保證，以亦切實履行扶養的義務，倘不能提出保證，法庭得處以數月徒刑。

在該法庭內所設的銀行部，對於一切扶養事宜，代理婦孺老弱收受款項，並備有各種簿冊，如果遇到一方停止扶養或遲延付給的事，立即可以查明姓名和應付而未付的數額。

家庭法庭以緩和及改善夫婦關係，和促進家庭團結為服務的對象。法庭方面竭力調停家庭間的糾紛，絕對避免雙方各趨極端的危險。

法庭簽發扶養命令之前，保安警察應先查明家庭狀況，擬具報告，呈請法官備查。在編製家庭狀況調查報告之前，保安警察當與其他社會團體、公私機關聯繫合作，搜集各種情報，以供法院的參考。家庭法庭於必要時，可令銀行公司，將利害關係人的財產狀況，以及每月收入情形據實報告。

保安警察的職務甚繁，最重要的便是家庭糾紛的調解。夫婦情感破裂，對簿公庭，互相詆毀，往往使情感愈趨嚴重，一切和解或調停的途徑由此斷絕，因此家庭法庭特設調解處，對家庭危機，作進一步的挽救。該處計有保安警察六人，三人担任接見工作，三人担任審理工作，後者聽取當事人的意見，決定每一案件的性質，如遇案情簡單的家庭糾紛，乃必由法庭解決而可由私人團體出面解釋誤會的，即將該案移交私人團體辦

理。若是案情較複雜，而雙方稍能讓步，即有和解的希望，而可避免涉訟的，則移交負責接見的保安警察辦理，由該警察竭力勸導，促成諒解。家庭法庭審理家務的麻煩，因此銳減。

紐約兒童法庭與家庭法庭所包括的技術部門很多，以上所介紹的，祇是一點綱要而已。

(續自第十一頁)

這當然是因為他更愛我的緣故。我不知道這一點你為甚麼看不明白!

現在的社會是男性中心的社會，女子事事受到壓迫和欺凌，為甚麼我們女子自己還要互相壓迫，互相傾軋呢？你是未婚的小姐，又是有學識有能力的女子。放棄了他，你還有很好的機會，光明燦爛的前途。但是我若失去了他，我和我們的孩子將失去終身的幸福。你為甚麼一定要搶奪一個有妻子的丈夫，有兒女的父親呢？我懇求你大發慈悲，高抬貴手，以人類最偉大的同情心來成全我們家庭的幸福。以最大的勇氣，最大的決心，用理智克服情感，忍一時的苦痛給自己另闢一條光明的大路。不要受感情的支配，失去自己的地位和名譽，成為破壞別人家庭幸福的劊子手。願你三思！謹祝前途光明

劉趙文瑛

後來我聽說金振粹嫁了一位醫生。現在已經兒女成行，生活相當美滿。如今我已經有了兩兒兩女，夫妻感情也很好。每一起想起二十年前的往事，總不免滿心感激地念道：『三妹救了我！』



矯正兒童偷竊行為

上海市立師範 楊同芳
專科學校教授

許多父母和教師，都很關心兒童的偷竊行為。偷竊行為在兒童時期可說是極普遍的。很少孩子不喜歡私取人家的東西，偷竊行為已成為訓練上的重要問題。

偷竊影響兒童心理

一個孩子如果養成隨便私取人家的東西的習慣，對於他將來健全生活的適應，必然將蒙受許多不利。教育的目的本在訓練兒童健全的身心，一個常犯偷竊行為的兒童，他的情緒的發展，便失去正常狀態。偷竊總是免不了要被發覺的，一旦被人發現，受人詆笑和諷刺，甚至辱罵。偷竊時的動機原想獲得所欲所愛的東西，被人發現而吊回原物，在心理上更感到有難以言喻的創痛。當偷竊者被人家罵『小偷』或『賊骨頭』的時候，你想他稚弱的心靈，怎樣禁得住不受打擊？

自卑心理有時也是由偷竊而引起的（但有時偷竊行為都由自卑而起），社會上對於偷竊行為，不管是成人或兒童，都同樣的歧視和譴責。有不少孩子，常因偷竊人家的東西被人發覺了，大受辱罵和責斥。社會上常用『下流』，『墮落』，『沒出息』等不好聽的話，來形容偷竊行為。這時孩子自身也悔悟偷竊行為的不當而發生自卑的感覺，認為自己做了很不名譽的事，被人知

道了，以後怎有面目來見人，至於那些偷竊已成習慣的兒童，每次偷了人家的東西，心中不時擔心着被人發現，有時頭腦清醒，感悟到自己做錯了事，而心中深悔不已，這種內心的衝突，就足以摧殘心理的健康了。

偷竊又是一種自私而損人的行為，對『互助』『同情』這些美德都有妨礙。習於偷竊的兒童，總只為自己的需要和愛好着想，不去替人家打算，這是極度自私心理造成的重要原因。

此外更因偷竊時存着欺騙的心理，希望人家不發覺，或發覺了而不知道是誰偷的，所以心理上便構成一種蒙混和隱瞞。此種惡習和不正確的觀念的養成，會使兒童慢慢想出其他的種種作弊的方法，由用物和金錢的不告而取，再習於考試的舞弊，寫作的抄襲以及其他種種作弊行為。因此我們要訓練兒童誠實的態度，便應該矯正他的偷竊行為。

要兒童能獲得健全的社會適應，父母和教師從小便該讓他們了解工作的意義，無論何人必須培養充分的工作能力，努力做自己能做的工作，而享受應得的報酬。偷竊是不勞而獲的，完全出於僥倖心，何況一個孩子希望達到他偷竊的目的，這中間也許還得經過一番『設計』，他不能把有用的思考用在課業的學習或創作上，而僅為

實現其不良的企圖，想不正當的主意，這是何等卑鄙的行為。

兒童自然的心理傾向

社會上對兒童有許多不合理的歧視，人們往往認為兒童的不良行為，是一種天生的劣根性。對於偷竊行為更多存歪曲的觀念，所以往往把一個有偷竊行為的兒童，形容得卑劣不堪，甚至視為不可造就，好像偷竊是一種劣根性，是一種永遠值得羞辱的勾當。

實在說起來，兒童的偷竊行為正和其他的不良的行為適應一樣，大多是由於環境的感染，或者由於本性發展的失宜所致。父母和教師如果能找出孩子偷竊的動機和原因，而予以適當的指導，一定是不難根絕偷竊行為的再度發生的。

偷竊並不是怎樣了不得的嚴重問題，因為兒童的偷竊並不是道德上的過失，而是心理上的問題。我們切記着萬不可因兒童有偷竊行為，便施以無情的責罵，體罰，或當眾嘲笑。我們必須詳細分析兒童偷竊行為發生的原因，才能矯正這種不良行為。

兒童的偷竊行為，實在是一類一種自然的心理傾向。我們有一種遊戲和搜集的本能，這兩種本能的發展不聯帶關係，像搜集郵票，書片，貝殼，彩紙等，差不多每個孩子都喜歡。他們時常玩弄着自己搜集的東西，當為一種遊戲。有許多兒童的偷竊行為，確是由於這種喜歡搜集的本能發展而產生，他們只知道好玩，根本就不明瞭人我的關係和所有權的意義。

嬰兒自出生以後，即有滿足自我需求的要求

，這是適應環境所必需的。兒童生來便要攫取他手邊的物品，只要他歡喜的東西，均欲據為己有。當他攫取時，根本不考慮到所有權問題。瓊斯 (Jones) 曾有這樣的一個敘述：『一個幼孩，當他發現一塊餅乾放在他的面前，他便伸手去取。法律上的物權問題，他無所容心，我們不能判斷此種行為為不道德，我們不能認為這是偷竊。因為他不想侵犯關於物權的法律，只想滿足他食的需要而已。』當然，這種行為我們也不能任其發展，到了相當的年紀，如果還有這種隨便攫取的行爲，必須設法矯正。照心理學家的研究，認為有不少兒童的偷竊習慣，便是由隨便攫取人家的東西而養成，最初是食物，後來連用具也任意私取了。大抵偷竊行的對象，起初是玩物、食物，以後為實用的物件。起初是當面取，後來惟恐受人阻止，便索性不告而取。總之，兒童的偷竊行爲，往往是基於自我欲望的滿足，在構成行爲以前，兒童決沒有想到道德的責任。

兒童的偷竊行爲，僅是一種達到滿足欲望的手段，而不明其動機的善惡，我們還可以舉一個實例：瑞典女醫生詹姆 (Alphild Jann) 曾醫治一個九歲的兒童，他常常偷竊銀錢，而自己不知由於何種動機。在治療中，那孩子曾自述其夢境：『媽媽和祖母在一起。她們背上有大翼，還着好看的白衫，在天空中飛。』詹姆根據這夢境查孩子過去的歷史。原來那孩子的祖母已死，他夢中把已死的祖母和生存着的母親放在一起，是因為他的祖父是商人，曾經想帶他一同去旅行，但爲他的母親所阻，因此他便懷恨他的母親，所以夢見母親死了。至於他何以要偷錢，那是因爲

想購買貨物出外販賣，以便實現旅行的計劃。

提倡『唯性觀』的佛洛依特 (Freud) 認爲兒童因性生活的不能滿足，而起心理衝突，亦常以偷竊爲解決之法。佛氏曾舉一例：『一個七歲的女孩，會私取父親給她保管的錢。據佛氏解釋，受人的錢在下意識中即等於與那人有愛情的關係。那女孩的取錢正就是滿足對於她父親的愛欲，這種解釋自屬誇大而奇特。魯班也曾舉一類似的例子：有一婦女常發現她的襪子不見了，有一天，發覺她的襪子都被她的六歲的男孩藏在小櫥中。他因爲不能和他的母親同臥而失望，遂托詞不和母親同臥便不能睡覺，而以母親的襪子圍着睡。這種偷竊行爲，似乎也和生活有關。

大抵不自覺其動機的偷竊，都近似變態。有些孩子，只知爲偷竊而偷竊，並無其他任何功利的動機，這叫做『偷竊狂』，患這種偷竊狂的兒童，常覺有一種不可抗拒的力量驅迫着他行竊。你問他爲何要這樣做，他也說不出理由來。最奇怪的，是行竊的念頭一生，患者馬上用力抑制，心理上發生極強烈的衝突，但終究無法戰勝那衝突，結果造成偷竊行爲。不過，這種偷竊病並不常見，在兒童方面比成人更少。據變態心理學者說，這是由於性生活適應的不良，或過度的自卑感而起。

還有一種變態的偷竊病，患者由一種不可抗拒的力量驅迫他行竊，而他並不作抑制的奮鬥，甘受那壓力所屈服，這種偷竊稱爲『衝動的偷竊』，犯者多屬低能，偷竊的東西往往並無價值，他們易受他人暗示，喜歡摹仿他人。他們常常成爲盜竊案的助手，他們雖無主動的能力，但幫助

偷竊，所表現的技能並不差，一經捕獲，便會供出主犯來。

普通的兒童由於心理衝突的結果而行竊者，並不希罕。兒童偷竊有時突如其來，素來也許並無這種類似行爲，這大概是因為他有一種欲望不得滿足，借偷竊爲一種替代作用。他本來並不欲偷竊，也沒有看中所要偷竊的對象，不過藉此以作滿足欲望的代替品而已。有一個孩子，受了他母親嚴厲的責備，因得不到母愛而感失望，他便偷了他父親的錢。這孩子原來並不少錢用，他母親時常給他錢買糖果，他自己解釋他的偷竊行爲說：『我因不能討媽媽的歡喜，便取了爸爸的錢。』得不到母愛和私取父親的錢，似乎毫不相關，但心理學家看這兩者的關係還是顯然的。

此外，兒童偷竊行爲也有因歇斯底里病而起的，這更明顯地屬於一種變態心理作祟。患這種病的孩子，因爲心理失常，情緒紊亂，判斷力完全喪失，神經麻木，不能抑制由外界對象而引起的強烈的衝動，結果不自主地做出偷竊的行爲。綜上以觀，兒童的偷竊行爲，多由本能的好奇、需求，及心理衝突而發生，如果不是出於自然的心理衝動，便是由於心理變態所致。這中間的動機和原因，真是繁雜而微妙。大抵說來，後天的訓練可以矯正這種不良的心理傾向。我們決不可一味的以成人的法律或道德觀點來判斷兒童的偷竊行爲。

兒童怎樣學會偷竊

兒童的偷竊行爲，由於先天的自然的心理傾向或心理變態的結果而發生雖多，但如果父母和

教師訓練有方，還是可以防止這種不良行為的動機的產生。因為我們分析兒童的偷竊行為，大多是習得的。所以事後的矯正，還不及平日的適當訓練來得有效。這裏把造成兒童偷竊行為最普通原因加以敘說，看兒童到底是怎樣學會偷竊的。

(一) 由於父母的不良暗示——兒童極易受暗示，大人的一舉一動，都會使兒童看了學樣。像有許多父母常在孩子面前說：『現在的世界，簡直成了一個強盜世界，到處都是盜賊。』說這話本是嗟歎這社會的黑幕，但在天真無邪的孩子聽來，却成了助長他行竊的暗示，以為社會上偷竊行為是極尋常的事，也就學着去做了。

假如兒童生活在一個比較複雜的家庭環境裏，家庭中其他分子的行竊，也會給兒童以榜樣。大家庭中這類事是常見的。還有，在家庭中有些偷竊性質雖不明顯，然仍不能否認其為偷竊行為。最普通而易犯的如偷電，就足以暗示兒童作其他的偷竊行為。又如父母和其他家人偷看人的信件，也可給兒童以偷竊的暗示。

父母不良的暗示固然應該極力避免，即平日對兒童行為的處置，也要特別留意才好。兒童小的時候，手裏拿着的東西，總以為是他自己所有的，大人假如把他拿着的東西奪去，兒童一定感到非常掃興，他要和大人力爭，結果失敗。從此以後，他便在中心留下深刻的印象，以為自己的所有物，可以被大人無理奪去，那麼他也可以隨便奪取人家的東西，而且怕被大人奪回，特別背着人去私取，兒童就在這種情形下學會偷竊。

還有些父母，於無意間暗示孩子拿別人的東西，不給人家知道。譬如小弟弟要姊姊的皮球，

姊姊不肯給他，他便撒嬌地向母親訴說，或竟以哭來要挾，母親因愛子心切，看見幼兒心愛東西得不着，心腸為之一軟，便去強使女兒把皮球給他。這便無異給他暗示行竊。遇着姊姊不願拿出來的時候，母親會想出另外的辦法：乘女兒不備，把皮球暗地取來遞給幼兒，並且還加上一句：『乖乖，我已給你取來了，不要給姊姊知道啊！』

我看見有一位溺愛幼子的母親，她為了要滿足孩子的需求，縱容他去私取哥哥所藏的畫片，用袒護的口吻對他說：『你去拿吧，他不會怎樣對你的。』接着更低聲說：『你還是不要告訴他的好，免得又要爭吵！』這樣暗示的結果，自然助成孩子的偷竊行為。

(二) 不良環境的誘力——有許多父母平日對子女疏於教育，不注意孩子所結交的友伴，也足以使他染成惡習。通常兒童的偷竊行為，往往習之以漸，和行竊的友伴常在一起，就是不偷竊的也會養成偷竊的習慣，既成習慣，則視偷竊為無足輕重之事，甚至自己拿種種不正當的理由來解釋所犯的過錯。有一位心理學家曾舉過一例：一羣習於行竊的孩子，結為友伴，有時彼此偷竊同伴的東西，其中一個孩子被他父親發覺他的偷竊行為，他聲辯道：『我偷了他的東西，因為他會偷過我的東西。』他既養成偷竊的習慣，有時還推卸責任，抵賴別人，認為不是自己的過錯。

兒童最易受不良環境的影響，所謂近朱者赤，近墨者黑，和慣於偷竊的人接近，身濡目染，也容易發生偷竊行為。像現在的社會環境，非常複雜，偷竊之風特盛。報紙每日所記載的都是驚

人的新聞。兒童聽了，非常感覺興趣。還有兒童喜歡看的俠盜一類的神話電影，誦淫誦盜的圖畫劇本，亦都是兒童習得偷竊行為的媒介。數年前上海某小學校有一個九齡的孩子，因為平時看到連環圖畫上有劫富濟貧的所謂豪爽義俠之舉，心為所動，也想做出義俠的行為。無奈自己沒有錢，便把校裏的老師和同學當作富者，偷他們的錢和用物，送給貧苦的同學，或請他們吃東西。後來被先生發覺了，那孩子直認不諱，他還以劫富濟貧的豪俠之士自居。環境的誘力是何等之大，像出於這樣的動機而偷竊的孩子，我們能以『竊賊』的名義加在他身上嗎？要避免這類不正確的謬誤行為，我們不能不注意兒童的生活環境，而防止不良思想的感動。

(三) 為滿足當前的急切需要——兒童有時急切需要某種東西，但又無法取得。迫切的需要驅使他只有出於偷竊一途。因這種情形而行竊的很多，一般小學校的學生時常失竊，一忽兒墨不見了，一忽兒簿本不見了，結果都是被同學偷了去。你查問為什麼要偷竊，他只說他缺少墨或簿本沒有錢買只好偷。有的家庭不供給零用錢，小孩在學校裏看見其他同學都有零用錢，也可能引起偷竊之念的。

(四) 不明所有權的關係——大抵年紀很小的兒童，只知滿足一己的需欲，發展搜集和遊戲的本能，他根本就不知道別人的東西和自己的東西所有權是各屬的，隨便拿人家的東西，自己不以為錯的。

(五) 由於怨恨或妒忌而行竊——有些兒童的偷竊行為，是由於洩氣而起。他們受了

父母及教師的不良態度的影響，以致發生偷竊的動機。常見有不少父母對子女太苛刻太冷酷，子女的精神生活，受到嚴重的打擊，使情緒失去常態。於是他們便懷恨在心，時時想採取報復的手段。我鄉有一十六七歲的中學生，他的父親特別嚴厲，動不動就打他罵他，後來他索性就走出墮落的路，抽鴉片，打牌，偷錢，甚至偷衣服出去當。本來他是不想行竊的，因為父親的管束過嚴，反而使他成爲小偷而葬送前途。

又有一個小學生，在校裏成績常不及格，教師和同學都輕視他，嘲笑他，認爲他不進造就。他於羞慚之餘，發生了自卑感覺，但他終不甘示弱，便試行偷竊。有一次他偷了人家一隻錶，被教師發現了，他却冷冷地說：『你們都說我沒出息，沒有用，罵我笨牛，我難道就一無用處嗎？你看，我現在也能做出一件驚人的事來了。』他所感到的勝利的愉快，正是報復人家的輕蔑他。

兒童的偷竊行爲，實在說起來是很複雜的，我們如果找出行爲的動機和原因，必須要考慮到許多問題：(一)兒童的年齡；(二)以前有無偷竊經驗；(三)偷竊何物；(四)偷竊的方法；(五)行竊前的情境；(六)偷竊的目的是否顯著；(七)偷竊有無計劃；(八)偷竊的兒童是否明瞭他所做的行爲及所欲偷竊的東西；(九)偷竊是由於一種衝動，還是一種經過考慮的動作；(十)此種衝動是自覺的還是不自覺的；(十一)偷竊後的態度(如何解釋，是否後悔，是否圖賴)；(十二)所偷竊的東西是屬於何種性質(金錢還是食物，用具，玩具)；(十三)偷竊何人的東西(父母的，還是同學的，外人的)；

(十四)偷竊有沒有人唆使，一人偷還是同偷的；(十五)所偷的東西如何處置(過後還給失主還是自己存藏)；(十六)如屬偷竊多次，每次所偷的東西是否屬於同一物品；(十七)偷竊時是否從事某種搜集工作；(十八)除偷竊外，有無其他不良行爲；(十九)與偷竊有關的生理和心理的因素。

怎樣防止兒童偷竊

照以上各點看來，我們知道偷竊行爲是何等複雜而微妙，很難以正確的判斷。這中間需要生理的，心理的和醫學的分析，才能就各種不同的情形中找出偷竊的原因而予以補救。這些問題如果不澈底明瞭，那我們就不能確定其個兒童某項偷竊行爲的實在性質。知道了偷竊的動機和原因，我們便可以之作根據，從而設計各種不同的防止偷竊行爲的方法。茲將防止偷竊行爲應注意各點分述如下：

(一)加強兒童尊重他人所有權的觀念——兒童的偷竊行爲，往往由不知所有權的意義，不知道尊重人家的財產而起。兒童在很小時，便該使他們明瞭物各有主，對於別人的東西，不告而取是一種恥辱。父母必須時時把我與我的關係對自己的子女講過明白。人與人之間應該互相協助，互相尊重，互相保持信義，切不可互相侵奪。自己的東西既不願被人家拿去，那麼人家的東西，我那能擅取呢？如果兒童了解『愛人即愛己』的道理，自然會尊重人家的所有權，而不致隨便侵佔了。

(二)尊重兒童的所有權——照心理學

家的研究，兒童，很早就具有所有權的觀念，凡是一到他手裏的東西，他便認爲是自己所有。父母應該尊重兒童的所有權，即使不是他所有的東西，假如已到孩子的手中，也不該用強力去搶奪，能讓他自動的不在意的交出來最好，兒童能夠自願交出，父母應該嘉獎他幾句，贊揚他的合作精神。這樣兒童不但不覺得大人要搶奪他的東西，同時還於不知不覺之中養成『非我之物不取』或『物各有主』的態度。

通常我們所見的一般父母，對於這點全不注意。他們絲毫不尊重兒童的所有權，以爲孩子沒有什麼權利可言。他們不但不尊重兒童的所有權，而且還要剝奪兒童的所有權。孩子由別人手裏取來的東西，正在玩得高興時，會被父母突然搶去。孩子的衣服，玩具，父母也時常任意使用。這是由於父母把子女看作自己的所有物，子女的東西也就是他們的東西。他們既認兒童的一切都是自己所有，所以隨時取兒童的玩具用物而事先全不通知，甚至把兒童的心愛之物，轉送給他人，這種霸佔兒童所有權的行爲，足以促成他的反感，以後也學着去侵奪人家的東西了。

當然我們也不能養成兒童自私自利的心理，不許別人動他的東西。我們要讓兒童知道大人非常尊重他所有權，也要他尊重別人的所有權。年齡大的孩子，要訓練他照顧自己的東西，像玩具，衣服，和其他兒童的用物，最好要給他找一個固定的處所，以便放置，父母不要隨便移動或私取他的東西，又如新年人家給孩子的壓歲錢，父母不妨代他備置袋中，專留給添購孩子的衣物及玩具之用，不可動用他一文錢。這樣，隨着他

對於正確的所有權觀念的加強，他自然會尊重他人的所有權，不隨便拿人家的東西了。

(三) 改善兒童的環境——要培養兒童良好的習慣和行為，父母一定要以身作則，善自檢討，一舉一動，不可給孩子留下壞的印象。家庭中絕不容許有人行竊，有一個人行竊，就能招致其他的人行竊。兒童的生活環境尤其重要，在不良的環境中，不要說是偷竊，就是其他一切惡習也都會養成的。對於兒童的伴侶，讀物，以及他時常接觸的場所和人物，都須十分留意。

(四) 避免兒童發生心理上的衝突——我們既知道有許多偷竊行為是由於兒童的心理的衝突而起，那麼我們就得極力培養兒童的健全的心理，避免他們心理上的衝突。要做到這點，必須注意兒童的情緒生活，不使他們造成偏激，自卑，失望，忿怒，憎怨等不良心理態度。父母不要過於姑息兒童，溺愛之害正和過分冷酷嚴厲一樣。兒童如有不良的習慣和行為，要促他由自覺而悔悟。適當的愛倒是極需要的，因為那是滋潤他心靈的甘露。得不到愛，得不到溫暖，兒童的心理便要趨於變態，而偷竊的行為就免不了要發生了。

(五) 使兒童的物質欲能有相當滿足——兒童急切需要的學用品，衣物以及玩具等，只要出於正當的，必須儘量給他置備。兒童喜食糖果，餅乾，與其讓他偷錢買來吃，不如父母買了給他吃。年紀較大的孩子，應酌量給他零用錢，不過不要太多，同時又告訴他怎樣正當地用錢。父母切記着不要吝嗇，不要一味拒絕孩子正當的要求，以動其偷竊之念。

我們時常看到有許多父母，平時孩子向他們要錢，總是不答應，這簡直是逼着孩子偷人家的錢。此外，又有和這絕對相反的，只要孩子一開口，便無條件的答應。父母愈從其欲，而孩子的欲求也愈大，由此養成浪費的習慣。假如遇到身邊錢不多，而大人又不給他錢時，便想法子藉偷竊以達其目的。對於年齡較大的兒童，父母不能忽視他的用錢，最好教他立個預算，以免無謂的消費，同時儲蓄也是一種美德，從兒童時期就可以培養起來。

(六) 養成兒童不妄取的習慣——隨便取用人家的東西而成為習慣，將來便會走偷竊一途。兒童從小就知道尊重人家的所有權，非自己的東西不妄取，非自己應得的東西不佔得，以後便可培養清廉不貪的道德理想。父母看到孩子有東西拿回來，不管值錢的或不值錢的，都須探詢由來。如果是別人的，就得勸他退還原主，即使是在路上拾得的，也得設法招尋失主，不可微倖妄得，據為己有，假使是一個年齡太小的孩子，他拿了人家的東西，而不肯送還，那麼父母就要拿別種玩具或別種事情來轉移他注意的目標。讓兒童從小就能分辨『借』和『私取』的界限，實在比什麼都來得重要。誠懇地向兒童解釋私取人家的東西是不正當的行為，實在比一味的責罵和懲罰更有教育的效果。不過，我們也不能在不適當的時候，予兒童以不適當暗示。孩子原來並不偷竊，或者根本不知道怎樣去偷竊，而父母教他不要偷竊，這也可能產生不好的結果。

(七) 不要給兒童有偷竊的機會——古人說：『慢藏誨盜。』這就是要我們自己把東西

西檢點好，勿予偷竊者以私取的機會。家中的東西如果收藏好，至少可以使兒童無法偷竊。

(八) 從小養成的習慣——下面幾種好習慣，如果在小時候就養成，一定可以不犯偷竊行為：一、不得人家的允許，不隨便拿人家的東西。二、人家沒有人在家，不隨便走進屋內。三、買東西先向父母說明，培養節用的美德。四、不翻人家的箱篋和抽屜。五、借用人家的東西，要先得到別人的同意，並知愛惜，用後如期歸還。六、說話誠實，而且對自己的行為負責。

(九) 常常考查兒童的生活狀況——兒童當做些什麼事，身邊有些什麼東西，新買些什麼東西，和那些孩子常在一起玩，要時常加以考查。如發現兒童的錢和物件多出來，一定要詢問是從那裏來的，切不可輕易放過。檢查孩子的書包和錢袋，有時也很要緊。

(十) 革除討便宜貪小惠的心理——常見有許多父母，雖不偷竊，但處處歡喜討便宜，貪小惠。兒童將這種不正當的心理擴而大之，便演為偷竊的行為了。像上海的小菜場，『搶風』已成慣例，買好小菜總要再向菜販爭添一點，不等菜販同意，拿着便跑，這種風氣是很不好的。要防止兒童偷竊行為，應先從父母做起，以公平的態度對子女，買東西不佔便宜，不貪小惠，兒童耳濡目染，自然也養成公正無私的態度了。

怎樣處置偷竊行為

對於兒童的偷竊行為，父母和教師應該注意事前的積極的防止，因為防止任何壞習慣的造成，總比既已養成壞習慣以後的處置來得有效。但

是如果不幸竟發現了兒童有偷竊行為，應該怎樣辦呢？下述各點，或可作一般父母和教師處置偷竊行為的參考：

(一) 根究偷竊動機——兒童為什麼要偷人家的東西，必先考究清楚，然後對症下藥，予以適當的補救。處置偷竊行為的方法，應因偷竊的動機和原因而不同，有的需要心理的改變，有的需要社會環境的改善，有的需要經過長期的開導，往往不是單用任何一種辦法可以生效的。

從前父母和教師對處置兒童的偷竊行為，只有一種辦法，即是嚴格懲罰。尤其是做父母的，看見自己的子女偷東西，一定氣得很厲害，盛怒之下，惟有施以打罵。這不是客觀的處置偷竊行為的辦法，因為你愈氣，思想也愈不清楚，處置更不會妥當。就兒童方面說，你愈打他罵他，他的頭腦也愈昏沉，而且使他怕你而不敢接近你，恨你而不相信你。最有效的辦法，還是以誠懇和藹的態度來開導，來解釋。父母和教師要把行竊的兒童導入於一個合理的情緒的出路，使他深切地悔悟，同情大人的勸導，讓他感覺偷竊的結果最不快，最不利於他本身。

(二) 切不可抱失望的態度——對於兒童偶爾犯偷竊行為，切勿不可抱失望的態度。一方面對他反覆開導，說明這種行為的怎樣不對，怎樣不公平，怎樣影響自己的名譽；一方面表示仍舊信任他，如果能改悔還要嘉勉他，不可永遠懷疑他，輕蔑他。只要訓導適宜，予兒童以自新的機會，再怎樣頑劣的孩子也會教好的。

(三) 不要為兒童袒護——遇着兒童在外行竊的事，父母應共同協商適當的處置辦法，

態度要一致。有許多父母，認為兒童行竊，攸關家庭顏面，即使是事實也要隱諱否認，或故意袒護兒童，甚至說人家誣他。這樣適足鼓勵兒童以後的繼續行竊，一點顧忌都沒有了。

(四) 偷竊贖物歸還失主——查出的偷竊贖物一定要歸還原主，決不能使兒童得到成功的滿足。如原物已不可得，必須扣除兒童的零用錢賠償，不宜讓失主寬恕免償，務使兒童的腦海中，深感偷竊的結果最不快。但扣除兒童的零用錢也不可過多，過多了有時反迫其再行偷竊。(請參閱本刊第四期「偷竊狂該當病醫」一文)

(續自第十六頁)

當然你的「不寫則已，一寫，必七八頁長信」政策很好，讓我再說一遍：短箋比沒有總還好些。至少，得讓我知道下次寫好信往那兒寄。我在哈佛和芝加哥中揀了哈佛，因為我總想進最好的學校，不然不會死心的。博士學位我雖不在乎，想解決美國經濟問題的雄心依舊勃勃。你這樂觀的蟲兒還和以前一樣起勁嗎？我的祝福將隨了你的脚步橫貫北美洲。

你的朋友德·八月十九日

★ 她在沙灘上看太平洋萬紫千紅交織在藍色裏的浪濤澎湃。

★ 每一步，留下了一個「脚印」。人生是一條道路，走完了之後，你該回過去收回你的脚印。上面就是她在西雅圖的「時間的沙上」的「脚印」之一二。

娼妓日增與社會危機

曾有一位廈門朋友告訴我，廈門一地的娼妓約佔婦女全數百分之三十。我聽了這話將信參疑。但最近當我看到了報紙上登着的下面一個報導時，覺得先前的懷疑我朋友的話是可笑的了——

「沙市人口不滿九萬，娼妓竟有八千之多。近由縣府出示嚴禁，并令飭娼妓改業，各藥戶因無業可改，紛紛收拾行裝，準備遷地為良。」

全人口不到九萬，婦女佔半數，就是四萬餘，娼妓有八千，那幾乎佔了沙市全數婦女的百分之二十。沙市是個小城市，而有這樣大的比率，廈門是個大埠，百分之三十，那是「理所當然」的了。

從這兩個例子，我們可以推斷其他城市的娼妓也決不會少。這許多娼妓當然都是貧家婦女，而最大的來源是農村。據上海市警察局正俗股股長說：「聲請做妓女的，每天都有十多個，她們多數是來自鄉間的。」有一次警察局在一家私設的妓寮中查到十二名私娼，據她們說：「我們因為鄉間生活維持不下，大家來滬謀生，一時找不到工作，便賣淫度日。」

因此，娼妓的日增月盛，乃是農村在急劇崩潰的反照。農村的所以破產，固然有着政治、經濟上的原因的，如果這些根本的原因不消除，單叫娼妓改業或加以懲罰，是徒然的。因為她們都是毫無知識，沒有自覺心可言；而且除了農事操作以外，別無其他謀生技能。何況她們大都是被擄於人，身不由主的。

娼妓的衆多，這不是一個單純的道德問題，乃是嚴重的社會問題。在生活的高壓下，女人還可以出賣肉體，而男人呢？那祇有挺而走險了！從娼妓的衆多，可以看出隱伏着的社會危機。



最初的五年

葛齊爾

—Arnold Gesell 原著·陳穎美譯—

襁褓時代的重要——在聽完芝加哥大教

育家派克博士的演講之後，有一個太太問道：『我最早幾時可以開始教育我的孩子呢？』『你的孩子幾時出世？』『出世嗎？』那位太太搶着問道，『她已經有五歲了！』派克博士說：『哎喲，太太，別再站在這裏同我談天啦——馬上回家去吧，你已經失去最好的五年了。』

人類自誕生後至五歲間的進步，是任何五年所不能比較的。耶魯大學的兒童發展診所對於研究學齡前的兒童會有十五年的歷史，也會不斷地提供教師們許多寶貴的材料。這種材料對於教師是有莫大的裨益的，因為只有明瞭兒童發展的全貌，才能很有效地應付年齡較長的兒童；只有知道兒童發展的定型，我們才能明瞭兒童行為的差異。

母胎內的生命——人類的胚胎在四星期

時，心臟便開始跳動。在軀幹的頸部後的細胞貫通着一對的突起物，這對東西伸長後，有一部份的細胞便成了三節的構架——就是未來的手臂前臂和手了。外面的一節形狀像槳，上面有兩個囊，骨骼從中穿出，使它成了帶骨骼的環節，這樣就變成手了。肌肉和腱都黏生在骨骼上，神經纖維穿過了組織，不久手臂、手指和腿都有特殊的動作。頭腦也開始生長了！為什麼這些動作僅是行為的類型呢？智慧的長成也是行為類型的過程

的話，那麼胎兒在五個足月時，便有了驚人的行為類型啦。

新生的時期——新生的嬰兒在生理作用

上已經有了顯著的個人差異：如對於刺激的反應，吮乳，睡眠和醒着時的樣式，以及知覺——都是在未誕生前已經完成的智慧生長了。吮吸和吞嚥是未誕生之前已具有的能力，至於睡與醒則還需要一點時間來分明的，目前常是在介乎睡與醒之間的迷惘中的。如今，嬰兒各方面的行為都發展得非常快，每天都有變動的，因此他是不適合於嚴緊的規則。新生的時期是包括產後的四星期而言的。這便是說，嬰兒在誕生後的四星期，才能算是完全誕生，因為到現在他對於產後環境中的生理適應，已經有了很可觀的進步。

四星期的嬰兒——四星期的嬰兒躺在床

上，會將頭轉向他處，手也會伸到同一的方向，另一隻手也會放在頭部和胸部之間休息。有的還會以手臂在空中作團抱的動作。最靈活熟練的肌肉，要算是嘴巴和眼睛了。小嬰兒已經能夠管束十二支轉動眼球的小肌肉了，若是用搖鈴來逗引他，也會以頭部和眼部的動作來追隨了，不過轉動的角度不會超過九十度的。我們若用搖鈴的柄去碰他的小手，他不是張開手便是扼緊小手。他還會傾聽聲音，已經會察覺小鈴丁玲的響聲。他會哭，會啼，也會用喉嚨發出低微的聲音。當他

被抱起來或是很舒適地被裹着時，也會安靜下來。

十六星期的嬰兒——嬰兒已經從溫暖的

搖籃裏出來了。現在已經有比較長久而明確的清醒的時候，甚至還會以吵鬧來獲得人們的注意。孩子的個性變得顯明得多了。頭，手臂和手都會動，十二支管理眼球的肌肉，更是有大進展，已經能注視搖鈴，還會用手來拿。扶着他站着，自己也能支持一部份的體重；他歡喜以枕頭支持他坐着，並且自己還會抬起頭來呢。他會玩唾沫，媽媽出聲，吃吃而笑，或是咯咯大笑。聽見熟悉的聲音時，便會轉過頭來，會傾聽人家的聲音，也開始認識母親。更會以動人的笑容來迎接別人，不過見了陌生人却又會哭。

二十八星期的孩子——嬰兒從搖籃畢業

上椅子的時候到了，只需要一點的幫助便會坐着。不久，自己就會坐的。見到方木便會伸手來拿，用手指握着，並且在手中換來換去。看見一條線會伸手來拉，不過不太準確，仔細瞧瞧，便塞到口中去的。他會歡笑也會哀咽。自十四個月之後，他會任意的自動的發出各種的聲音，像『母』、『媽』、『大』等等，他已經能說得很清楚。在環境中也開始與人們有社交的經驗，也懂得一點兒面部的表情，姿勢，態度，以及家庭中的事務了。他會利用自己的眼睛、頭、嘴、手臂、和手。他相當的能夠自持，因此不大注意別人的。

四十星期的孩子——現在，孩子自己會

坐，會躺下去，再坐起來；坐着仆下，又坐起來，也會爬了。扶着圍欄也能站立，也能用那雙多事的小手，檢拾碎屑餅乾。他仍然把東西往嘴裏

送。他能摹仿人們的手勢，臉部的表情和聲音，也會聽他的名字，又會明白「不！」「不！」的意思。還會說一兩個字。他能通宵安眠，白天睡兩次，吃三四次的乳就可以，而且自己會扶着乳瓶呢。同時開始吃固體的食物如餅乾之類。他獨自會玩上一個鐘點，不過也歡喜有人跟他同玩。他能做幼童的玩意兒，如拍餅，對着鏡中的自己微笑等等，很歡喜看外面的世界，不過見到陌生人又會胆怯，害羞。

一歲了——一歲的孩子會爬，不用人幫助也會站住。一般的情形，再過四星期便會走的。他能將手塞入圓洞，將方木放在盒中，能用手拿東西吃。穿衣服時會幫忙，大便的習慣也已經有規律。對於語言他也有了新的注意，會服從「將它給我」這一類的命令，也許在他的字彙裏又添了兩三字。即使不用話語，他也會用喊叫或咳嗽來取得人家的注意。他開始漸漸地認識自己，會重複引人發笑的動作。他懂得懼怕、憤怒、情愛、妒嫉、焦急、和同情。他會聽音樂，對於驚異的聲音和逗人的怪樣也會笑了。他會察覺別人的情緒而受影響，並且去適應它。

十八個月大的孩子——十八個月大的孩子每日睡十三小時，白天只睡一次就多了。走路時步伐蹣跚生硬，平着脚走，雖說不上跑，却比蹣跚好得多。他會推動有輪的玩具，有人幫助會上樓梯，下來時便不需要幫助。他知道東西放在何處，很歡喜替人家在房中拿東西的差使。他是強於摹仿性的，會假裝看報紙的樣子，看見圖中的汽車小狗便會用手指指明。請他指明眼、鼻時，他會指得對的。他會把三塊積木直疊起來，也會有

目的的揮手與人說再見了。普通會說十個字。突然間的變換他會以躺臥，退後喊叫，或是用手在空中揮舞來避免的。他不懂得責罵和口頭的規勸，語言對於他的意義太小了。他是獨斷（不是自私），因為他不將人家當做獨立的個人看待的。

兩歲了——兩歲時，睡十三小時，白天睡一次就可以了。不用幫助他會爬上樓梯，會用六塊積木築塔，用針穿珠，自己會穿脫衣服。他會推動一張椅子，爬上去，拿到原來不能拿到的東西了。他記得昨天的事情，會意識到一個和幾個的分別。他會分辨黑白，不過雖然他會用顏色的名字，實際上他並不會分辨顏色的。他歡喜談話，並且會用幾十個字眼了。要大小便時會用不同的字眼來表示，很少發生「意外的事」的。他歡喜聽童話和關於自己的故事。他會跟別的孩子同玩，不過仍是自我中心的。自然而然的流露同情、謙遜、羞恥等情感。他喜悅劇烈地翻啊滾啊的遊戲，不動時便想打瞌睡。他用跳舞、拍手，歡笑來表達快樂的情感。

三歲了——三歲的孩子愛彩色筆，能用十塊方木疊塔，能將紙對摺橫摺，不過不會依對角而摺的。他跑得很平穩，轉彎得很好，自己會一左一右地上樓去，也會獨脚站住。會騎三輪的腳踏車，自己吃飯，傾瀉得很少。他的字彙差不多有九百字，他會自言自語的琢磨字句。你可以跟他商量了，因為他知道你是一個人，他也是一個人；他會犧牲眼前的滿足而求得未來的利益。我們可能使他的注意轉移，也能跟他說理由。嫉妬能使他喊叫與蹴踢，不過他的脾氣一陣就發完了。雖然他很感興趣地跟別的孩子同玩，他仍然

很愛獨自玩耍。白天大小便自己能處理。他仍要睡，睡覺時不像以前那樣倚賴着玩具如小洋娃娃和動物之類的幫助了。

四歲了——四歲時，孩子能跑跳或是立定跳，也能提起一脚而單脚跳行。自己能扣衣服的鈕扣，綁鞋帶，梳頭髮，刷牙齒了。他約摸懂得過去與將來了。他的腦子活潑而廣泛的。他的獨斷——加上幾百個他所用的字彙——會使我們誤斷以為他已經知道得很多了。他幾乎是不斷的發問。他會使用「可是」，「某些事物」，「也是」等等字眼，表示他已有相關的抽象的思想。晚上睡覺時，總想揜延時間，不過却很快入睡的。他喜歡跟兩三個孩子同玩。他會覺得人家的意思，因為他會分辨。實際上事實與童話的不同他是會分辨的。

五歲了——五歲時，他能跳躍得平穩又美妙，已是可以學習舞蹈與體操的學生了。他喜歡把已開始做的事情做完。他會畫一個人，把結構與韻調都表達得很好。不再以嬰兒的語言來說話，會用一千個以上的字彙。他能回答得很扼要適當。發問時多半是要求得知識，不像四歲時以發問為社交的談話，和練習說話的情形了。他的想像不像一年前，或是將來，那麼無羈了。他會分別自己的左右手，不過別人的手却仍不會分別。通常在睡眠，便溺，和穿衣的習慣上，他是不太麻煩人的。他已察覺性別的差異，並且會保護年齡較幼的孩子。他表示自信，也會信任人家。他會服依社會情形，表示堅忍，慷慨。因衣服或是成就而表示得意的樣子。他愛跟人家玩勝過單獨游玩。



夫妻吵架的原因

美國潘雲文尼亞州立
大學婚姻顧問處主任雅當士
著 學 博 士

Clifford R. Adams Ph. D. 原著·家社節譯自一九四七年一月號美國雜誌

一對男女在結婚的時候，奉獻了自己的一生，要使彼此的生活幸福。就理論上說，結婚是兩個人所能享受的至高無上的關係。然而有時候在我和已婚的夫婦談話時，我却得到相反的感覺。

引起我注意的一個例子是：一對相愛的夫妻，丈夫正在收聽足球比賽的廣播時，妻子不斷地在求他去掃除地氈裏的灰塵。當她最後一次求他無效時，她就提高了喉嚨說道：『好吧，那麼我祇好自己去掃吧！』

他跳過去阻止她，但是她發了狂似地掙扎着，要從他身旁走過。當他伸出手臂阻擋她時，她咬了他一口。於是他就粗暴地大叫起來，聲音大得很，她曉得鄰居們都聽得見：『別像一條蠻牛似的——』他罵了她！爲了制止這種粗野的辱罵，她揮手到他的嘴旁，打了他一個清脆的耳光。

丈夫很能自制，沒有還手打她的粉臉。可是他將她拉到自己的膝上，讓她的高跟鞋在空中舞動着，像打頑童般地打着她的屁股。然後他將這位可愛的十七個月的新娘子，關到過道的小屋裏，氣烘烘地關上了門。不用說，那天的晚飯他是一個人吃的。

另外一個例子：夫妻兩人早上一醒就覺得一肚子的不痛快。那天的氣壓很低，他們睡得很晚，孩子在早上從五點一直哭到六點。

吃早餐時，丈夫接連不斷地來了一大串的諷刺——關於冷了的烘麵包，她頭上夾着的捲髮夾子，還有放錯地方的鹽瓶。當他提到咖啡煮得遲了的時候，他那位站在爐旁的愛侶，舉起了咖啡壺，將滾燙的咖啡全部倒在他的頭上。這樣一來，妻子不但要治療他，還要忍幾天的氣，去治療因爲一時的氣憤所關的禍。

這是許多已婚夫婦發脾氣的寫照，他們會因此像孩子似的爭吵混戰起來，這對於他們結婚的幸福是毫無益處的。

自然，偶然一次的吵架也許不致有損於婚姻的幸福，然而連續不斷的爭吵就是另外一回事了。它具有粉碎兩個人的結合的力量。然而現在美國有着成百萬對的夫妻，差不多一直是在敵對的狀態中。在一個被爭吵所摧毀的家庭中，愛情是不能存在的。在這樣家庭裏的夫婦，心境不得安寧，在對方的面前總是採取防範的態度。他們越來越只爲自己着想。他們越來越不願妥協，沒有妥協，任何婚姻都不能成功。

夫妻假使爭吵成了習慣，就會爲了每一件瑣碎的事情爭吵，甚至於爲了佈置傢具也能吵鬧起來。他們很少知道基本上的失調或衝突的根本原因。我們這些做婚姻顧問的人的任務，就是要解決這些根本的原因。如果夫妻中有一方面不肯合

理地面向現實，並且不肯承認他或她對於這件事當負一部份或大部份的責任時，我們的工作就更加複雜了。

起了爭執的夫妻到我這裏來徵求我的意見時，有些人很真誠地將整個的問題都擺在我面前，然而多數的情形是每一方都想拉我做他的盟友。每個人都想讓我使對方承認是他錯了，妻子把我拉到一旁告訴我衝突的原因是因爲丈夫太愛喝酒。她想讓我勸他戒酒。她從來沒想到喝酒不過是他失望的象徵而已，也許他喝酒是因爲她太奢侈弄得他債台高築的緣故。

另外一個例子：男人告訴我這件事牽涉到『另一女人』——自然這件事我決不會去告訴他妻子的。和喝酒一樣，這個『另一女人』平常祇是婚姻在基本上有了問題的一種象徵而已。這個男人也許是個天生的喜歡拈花惹草的，但是普通總是丈夫對於婚姻已經感覺失望，並且在妻子面前覺得不愉快時，這個『另一女人』才會出現的。也許是因爲他的妻子對他太冷淡，不關心並且太喜歡吵鬧。

就多數的情形說，妻子不會懷疑到這個另一女人的存在，並且沒有完全明瞭她的家庭情況已經退化到甚麼程度。因此在多數情形下，我總是將這『另一女人』的關係說了出來。我這樣做是有很好的理由的。因爲這是刺激太太的最好方法。別人對她所提起的改善家庭情況的種種建議，平常她都不愛聽，她忽視。等到她聽到她情敵的芳名時，她就要想辦法了。她競爭的血液激動了。夫妻吵鬧的真正原因，很少能從表面的行爲觀察出來。例如有一對夫妻不斷地吵鬧。表面的

原因似乎是因為家裏養了五隻小貓，妻子每天花費很多的時間看顧愛護這些小貓，因此使大夫非常憤恨。有一次，她看見他踢一隻跑到他腳下的小貓，於是她瘋狂地和小貓立在一條戰線上，和丈夫大吵大鬧起來。

他們兩人中誰也不會想到這些小貓對於這位妻子是何等的重要。她非常失望因為她不能生小孩，這些小貓就象徵她所渴望的小寶寶。

爲了探求衝突的真正原因起見，我利用一種『心理戲劇』的方法。凡是來到我這裏請我替他們排難解紛的夫妻，我都請他們並肩坐着，我請求其中的一位將他們爭吵的情形詳細告訴我，如果有遺漏，請另外一位隨時補充。

顯然的，兩個人正在吵鬧的時候，如果有一個人對於事實的說明有一點不正確，另一個人是絕對不承認的。因此你一定可以聽到兩口子激烈的辯論，一會兒他們就不自覺地又爭吵起來。不久，他們忘記你也在這屋子裏。爭吵時他們將所有過去發生過的事情都互相攻擊起來。這樣一來，他們中間根本的問題，你就可以一點一點地知道得很清楚了。

貝德生夫婦的情形就是如此的。他們兩人在我面前辯論一陣，爭吵一陣之後，我就明白了他們間的癥結所在。丈夫時常在外面交際，手面很大方，對別的女人非常殷勤，這引起了妻子的不滿，她說丈夫對待她自己從來沒有那樣好過。這就表現貝德生太太十分嫉妒她的丈夫。她感到丈夫對別的女人發生那麼大的興趣，於是感到自己的不安全。嫉妒引起的慢性的懷疑，使她不斷地向丈夫嘮叨。這種險惡形勢的發展，如果不予制

止，也許真會逼着他走向另一個女子那裏去。

有時我們的腦子和我們開玩笑，使我們爲了極瑣細的原因而爭吵。莫飛和李絲的情形就是如此的。他們是愛爾蘭人，婚後整整地吵了兩年，也不知爲了甚麼原故。

他們在我面前互相辱罵爭吵了兩個鐘頭，我還不會找出甚麼重要的線索。但是偶然我注意到莫飛曾在三次不同的時間很不滿意地提到她的頭髮。於是我就由這一點出發，詢問他爲甚麼不喜歡李絲的頭髮。

原來莫飛小的時候是受一個他所討厭的不可愛的繼母所管束的。婚後不久，他的新婚妻子李絲採取了一種頭髮式樣，正和那個可恨的繼母所梳的式樣完全一樣。當我給他解釋這個明顯的原因後，莫飛承認他的意識中也隱約地感覺到這種情形。李絲答應將她的頭髮改回他們最快樂的時期所梳的那個式樣。連我也覺得這是難以置信的，然而從那天以後，他們再也沒有很嚴重的吵鬧過。

像這樣的情形當然是不常有的。多數夫婦吵鬧的原因並不是這種怪誕不經的。普通總是有不能解決的問題的。他們不去聰明地面面現實，他們用吵鬧去逃避。這裏提出十個引起糾紛的主因，並且說明爆發的原因。

(一) 孩子所需要的是一頓飽打——關於管教兒女的意見，丈夫常是比較嚴厲積極的，因此孩子們做錯了事情時，父親往往要責怪妻子，說是她『慣壞了』他們。

(二) 你的地位沒有高升的機會嗎？——妻子的批評和態度，使丈夫覺得難堪時，他就

要還擊的。她的那種思想使他不能忍受。

(三) 你想甚麼時候你的母親會走開？

——就多數情形而論，親戚住在一處，常常引起夫妻間的不和。最有勢力的糾紛製造者，就是丈夫的母親，因為這兩個女人整天地關在一所房子裏。妻子多半能和她自己的母親相處得很好。

(四) 你不這樣浪費不成嗎？——許多不快樂的丈夫，都覺得他們的妻子太浪費了。

(五) 你從來想不到給我買一件皮大衣的——許多不快樂的妻子，覺得她們的丈夫太吝嗇了。

(六) 穿着你那雙膠鞋，別走進我的臥室來——顯然地，丈夫最恨他當小孩子那樣罵他。然而當女人變得太專橫時，這樣的事就會發生。

(七) 你爲甚麼不能像我的男人那樣挺起你的肩膀？——一個男人如果落到一個和他結婚的目的是要『改造』他的女人手裏，他就倒了霉。

(八) 如果你不是一天到晚地往外跑，也許家裏就不至於這樣亂七八糟了——丈夫最恨的，就是妻子因爲外面的活動而忽略了家務。然而假使她盡了她的責任，她就聽不見甚麼怨言了，除非他仍然覺得她怠慢了他。

(九) 你總爲別的女人奔忙——女人特別容易嫉妒，因爲她們比較容易有自卑感。還有就是因爲她們是被束縛在家裏的，她們想像着丈夫在爲事業奔走的世界中是充滿女人的，因此更引起了她們的嫉妒。

(十)你穿那雙高跟鞋有甚麼意思？

爲了衣飾打扮，妻子花費了很多時間，所以如果丈夫表示出不欣賞的樣子，或是不覺得她美麗，她傷心到甚麼程度，決不是丈夫所能曉得的。

兩個奉獻了自己要謀求彼此的幸福的人，婚後不斷爭吵的根本原因，是不能把它看作太單純的。不過從激烈的吵鬧中，尋常你可以找出一個主要的因素。那就是：一方或是雙方的失望的感覺。心理學家都知道，一個感到失望的人正常的反應就是採取攻勢。他覺得受了欺騙，爲要得到平衡，於是就有了要反攻回去的慾望。

有很多時候，一對夫妻經過很短的戀愛時期就結婚了，後來發現彼此很少相同的地方。他們的性情，個性的特點，都有很大的衝突。一個也許是個好動的，向外性的，總喜歡往外跑的人，而另一個也許是向內性的，喜歡在家裏的人。他們的關係失調的一個象徵，就是他們在性的方面總是不能適合的，這就引起痛苦，仇恨。不久，他們發現他們的婚姻是一個阻止他們得到真正幸福的監獄。於是他們感到失望，藉着彼此侮辱以消怨氣。

然而在許多其他的情形中，就連配得比較合適的夫妻，也會感覺失望。這裏有幾個造成婚姻中失望的感覺的最顯著的情形：

例如，兩人中的一人覺得他或她的錢太少，不够做他或她所希望的事情時，這種失望的感覺就會產生了。金錢也許不是萬惡的根源，然而大部份家庭吵鬧的根本原因，是它在那裏作祟。

有一位朋友告訴我，有一天晚上，他在家裏和太太一起計算他們的財產，因爲他要知道他的

錢不够還一筆到了期的債，他問他太太關於她的支出。忽然，他發現他太太在另外一本支票簿

上開了四百二十元的支票，她忘記將它登記在總賬上。於是他大發雷霆，和太太大吵大鬧起來。她的反應最初是歇斯底里的哭，後來靈機一動，她將所有過錯都推到他丈夫的身上。她的理由是：她常要求她的丈夫買一個書桌，要是他給她買了那張書桌，她可以有地方系統地算賬，她就不會有這種錯誤。

多數家庭中的爭吵，乃是在夫妻中的一人已經疲勞了，或是生氣，或是很緊張的時候發生的。丈夫挨了上司的罵，心裏正沒好氣，工作完畢回到家裏，太太提醒他汽車間太髒應該掃除了，這時他氣得幾乎要將太太打死。

大概吵鬧最易發生的時間，就是夜晚十點十一點之間，或者說睡覺的時候。這時兩個人都精疲力竭了。丈夫也許看着報睡着了。妻子將他搖醒，告訴他該到床上去睡了。他拖着疲倦的身子，摸索着向臥室走去，恨不得已經換上了睡衣。

這時候他開始受罰了。
「別忘了開上自動整溫器——關上汽車間的門——把狗放到外邊去——把門鎖上——」於是就吵起來了。

一清早也是容易引起爭吵的。急急忙忙地要去工作，可是早餐預備遲了，或是太太吩咐他買這樣買那樣。於是他冒起火來。

當然，吵鬧是一種極無意識的舉動。雖然他們自命爲成人，但是這樣吵鬧實在是孩子氣。然而千千萬萬的夫妻仍然在這樣做。

一個慣於吵鬧的人就和一個嗜酒的人一樣。

他們明明知道多麼可怕，但他們仍然要喝，仍然要吵，唯一的原因，就是這個方法可以暫時減輕他們緊張的情緒。

吵鬧不過是對付失敗的情形的一種方法而已。然而叫喊罵詈並不能解決問題。因此最聰明的辦法，就是坦白地面對着問題，平心靜氣地討論。如果在心平氣和，有建設性的空氣下進行，談話往往有奇妙的解決困難的價值。

在融和美滿的家庭中，夫妻知道怎樣在小事上讓步在大事上妥協。夫妻們用這種方法解決他們的問題，雙方都顧全了面子同時也得到他們所需要的。

最後，如果他們真的爭吵起來，他們也能記得那句給愛人們的格言：不要一整天都不和好，並且要向對方重新表明你的愛。如果讓怨恨激怒起來，堆積起來，這種慢性的破壞力量，有一天會使結婚生活成了你所渴望着要逃避的生活。

肝火甚旺

問：鄙人近日常來肝火甚旺，不時發脾氣，暴怒時總是對兒女時施鞭撻，事後又懊悔萬分，未知有何方法加以克制？(寶)

答：「肝火甚旺」是中醫非科學的說法，還是用發怒明白簡單得多。

發脾氣的可能原因很多，因人因時因地而異，不能一概而論。疲勞過度可以使人發脾氣，睡眠不足也可以使人發脾氣。有的人因爲身體不適而發脾氣，有的人因爲受刺激而發脾氣(如夫妻不睦，與親友交惡，與鄰居發生口角等)。有的人受氣候影響而發脾氣，有的人因營養不良而發脾氣。更有的人因爲從小就養成了愛發脾氣的習慣。應該把自己發脾氣的原因研究和分析一下，然後再「對症下藥」，設法補救。

一種普通克制自己發脾氣的好辦法，就是「拖延」。拖延使人冷靜，有機會多用理智想想。



怎樣處理離婚後的兒女

美國婦女家庭良伴雜誌 伍爾芙

Anna W. M. Wolf 原著·原載一九四七年七月號婦女家庭良伴·家社特譯

被離婚所破壞的家庭，是一個極悲慘的景象。然而如果和解無望，已經決定了要離婚，那麼有良心的父母，都應當問自己這個問題：怎樣安排，才能使兒女受到最少的損害？

無論安排得怎樣好，孩子們在一個父母非常相愛非常忠實的快樂家庭中生長的機會被剝奪了。他們必須和情緒上的不安全及道德上的混亂相掙扎。由許多年罪犯的生活史中，我們可以看出，這些孩子如果沒有人予以幫助，他們是太容易失敗了。

父母怎樣幫助孩子呢？對於這問題的答案，不是一成不變的；因為每個情形都是不相同的。我也和別的婚姻顧問一樣，我聽了許多不幸的夫妻們的問題，我努力要幫助他們尋求解決方法。父母解決這問題時的不自私和成熟的程度，在大體上可以決定孩子的生活是遭受了情緒上的損害，還是可以享受比較完整的生活。

★甚麼時候告訴孩子他們的父母要離婚了？

一決定就告訴他們。你可以準知道他們已經很焦慮很不快活了。他們所聽到的片斷的電話上的談話，鄰舍們的批評，談話中沒有理由的停頓，『掩飾』的談話——實際上並不能掩飾——這一切都使孩子們知道家中出了事情，而且是不愉快的事情。讓孩子們知道實在的情形，比那種掩

飾的和嚇人的暗示高明得多。

★誰該告訴他們？

他們的父母。無論在甚麼危急的時候，他們都有權利去找他們的父母。父親也可以，母親也可以，兩人一起告訴他們也可以。如果這樣是不可能的，那麼除了父母之外，誰和孩子們的關係較密切，就應當挺身出來，盡他或她的能力擔負起這個任務。

★怎樣告訴他們？

將事實直接告訴他們，要記住孩子的年齡及情緒發展的程度。但是別忘了成人是很容易低估孩子的理解力的。你解釋給他聽你們不再住在一起了，或是告訴他你們要離婚了，那意思就是不能快樂了。你說你已經非常努力了，但是你們在一起不能快樂，你相信不久這種情形能使你們大家都不快樂。你一定要讓孩子知道離婚並不改變你對他們的愛，並且你們兩人都會時常看望他們，在一起的時候仍和一向那樣快活。用你自己的話說；別拿我這套話像演說似的背出來。

★孩子們大概要問那一類的問題？

孩子們會問出許多不好回答的問題。『爲甚麼你和爸爸不能和和氣氣地住在一起？』『我到那兒去住？』『聖誕節時我還能得到我的自行車嗎？』『我還能養狗嗎？』在另一方面呢，孩子也許拿這個新聞當作一件自然的事情，現出很冷

淡，滿不在乎的神氣。無論他要知道甚麼事情，你要鄭重地回答他。但是要記住聽他問題背後的問題，這樣你就可以幫助他解決那些不能用語言說出來的問題。

★怎樣回答孩子所不能了解的問題？

即使是很難回答的問題，也別阻止小孩子發問。兒童的理解力超過我們所以爲他們能了解的。如果你能很親密地和他們談，那麼面對着一個成人的問題，也許在兒童的成熟上是一個重要的新階段。

★對那些好像不願談這問題的孩子怎麼辦？

對於那些誠懇的，胸有成府的孩子，你就要等機會了。你要是反問他，你決不會知道他心裏的意思，但是如果你能像朋友似的，常和他在一起，也許有一天，你就得到和他談這問題的機會。有一件事你可以準確地知道——對這問題他是很有注意的——等到將來他會發現這問題的意義的。

★如果做父母的人把離婚看做一件不重要的事。孩子們也會採取同樣的態度嗎？

不，你不能欺騙他們。一種滿不在乎的態度，祇能使孩子們更加莫明其妙。告訴他們離婚是一件很不幸的事，一個彼此相愛的快樂家庭是好多多的。告訴他們你希望將來他們長大成人之後不要再蹈覆轍。但是不要假裝離婚不是嚴重的事。如果你真誠地承認你的失敗，你的孩子會更加尊敬你。如果你很動感情或是哭着說都沒有好處。不過歇斯底里的發怒，控訴，和諷刺則是必須避免的。

★如果夫妻二人早晚是要離婚的，那麼趁著孩子還小不太在乎的時候離婚不是最好嗎？

不。有許多證據證明幼小的孩子所受離婚的損害，比較大一點的孩子大得多。因為他們不能真正明白所發生的是甚麼事情，他們就受到自己的幻想的折磨。他們常常覺得父親或是母親離開他們是爲要懲罰孩子所做的錯事，這種思想他們常常不能除去。這種信念也許是無法給他們解釋明白，給他們除掉的，因此往往有因此而成神經官能病的。雖然表面上看來，青春期的兒童所受離婚的打擊似乎大一點，然而對於性格方面的損害，平常是沒有像幼小孩子這樣深的。然而有些家庭中，緊張爭吵得非當厲害，在這種環境之下，早點分離也許是比較好的辦法。

★最好是讓女孩子跟著母親，男孩子跟著父親嗎？

雖然常有例外，然而幼小的兒童，無論男女，最好是跟著母親——假定她真願意要他們。很少男子能給嬰兒他們所需要的每天的照顧——這種照顧是不能轉交給其他任何人的。孩子們需要他們自己的母親的撫養。因為他們中間早期身體上的密切聯繫，沒有一個別的人真能代替母親的地位。被母親所遺棄——或是在孩子看來類似遺棄的事情，是比其他任何打擊都更劇烈的。

★孩子們應該住在一起嗎？

祇要可能，應該讓孩子們住在一起。父親和母親分開以後，孩子們中間比以前更需要建立一種永久的關係，這種關係的基礎就是由住在同一個家裏發生出來的。即使孩子們原來感情並不好

，到這時候也很容易有這種情形。

★孩子們應該在甚麼時候去看望他們的爸爸或媽媽？

省親的事情平常最好是在假期中，而不要讓他們耽誤學校的功課。如果暑假要在父親那裏過，他應該預先計劃好一個孩子們所真正喜歡的假期生活。週末和其他的假日也是很自然的省親時期。但是你要記得孩子們常常喜歡在聖誕節這種假期在家裏招待小朋友。不要祇顧你自己這方面。孩子們的計劃也要顧慮到。

★母親應該允許她的前夫到她家裏來探望孩子嗎？

一個離了婚的丈夫前來探望，常是很困難的，因爲一見面他們又想起舊日的怨憤而開始爭吵起來。也許最好的方法是去探望的父親把孩子們帶出去，不要坐在他前妻的家裏，好像他是那個家庭中的一份子似的，實際上他早已不是了。爲了禮貌的關係，他該預先用電話約好了再去。孩子們也許有別的計劃；或許傷風了睡在床上不能起來；或是預備聖誕節大考的功課。合理的計劃可以避免失望和各方面的不便。然而離了婚的父母，爲孩子的緣故，必須犧牲一點個人的利益。

★孩子們如果和母親同住，他們還要繼續和他們的父親見面嗎？兩個家庭，兩種不同的教育方法，不會擾亂他們安全的感覺，使他們心裏混亂嗎？

祇要可能的時候，他們應當繼續和他們的父親見面。但是這個父親一定是要很體諒孩子，總是很小心不讓他們受到損害，他要真正了解孩子們的需要，答應了甚麼時候去探望孩子，他決不

不預先通知或說明理由，就取消了約會，孩子們的生日和聖誕節，他也記得送禮物給他們。但他也不可金錢去買他們的歡心。他要憑着他的能力去管教他們，對於他們的生活，他一直是非常注意的，這樣就表現他仍然願意做一個真正的父親。即使他的方法和思想都和他們的母親不同，孩子們也能適應。祇要他們準知道他是愛他們的。在一個孩子心中，混亂和失去安全的感覺，再沒有比覺得父母中間有一個人已經捨棄他了這種信念更厲害的。你所說的話是沒有多大關係的。你的行爲代表一切。

★對於家庭破裂了的孩子，供給膳宿的學校是最好的解決方法嗎？

如果父母都不能爲孩子們預備一個家，那麼其次的最好方法就是讓孩子們去住校——不過在決定之前，必須要知道孩子的意見。平常半個家也比沒有家好些。如果孩子到學校去住，要注意選擇一個像家的學校，並且在假期回家時，要讓他享受到真正的家庭快樂。

★母親爲了孩子的緣故應當再嫁嗎？

不要爲了孩子的緣故，如果對於她個人，向前走這一步是很有利益的，那麼她儘可以這樣辦。要是那樣，孩子大概也會得點益處。孤寂的男女是做不了最好的父母的。不過要是父親或母親計劃着要再結婚的時候，最好讓孩子們有很多的機會先和那位新的繼父或繼母認識認識。

★關於「爸」或「媽」，做父母的應該對孩子們怎樣說？

我們希望做父母的兩個人雖然離了婚，在有些方面對於對方仍然是尊重的，並且相信他對於



協和職校貧童服務站

余仲清

孩子們是愛護的，忠實的。你可以將對方的這些優點告訴孩子們。然而即使父母兩人是互相輕視的，在孩子面前，無論直接或間接地用言語攻擊是作法自斃的事。你將他的父親的短處告訴他，孩子不會因此更喜歡你。因為他的自尊心受了傷害。他想：『有這樣一個父親我怎麼好得了呢？』然而父母也不能欺騙孩子。也許最好的方法是讓孩子們自己慢慢地去發現事實的真象，然後再

去幫助他們知道實在的情形，這樣就比較可以沒有痛苦。

★假使離了婚的父母，對於兒女經濟及其他的計劃不能同意時，該怎麼辦？

如果你們不能同意，也許運氣好你們認識一位年高德劭的人可以幫助你們兩人。律師可以書寫法律上的文件，但是關於兒童需要的事，他是外行，不能有多麼高明的建議。在美國許多大城

中，有婚姻診療所，精神病學家，或是其他的職業顧問可以幫助你們，他們中間最好的人不肯作甚麼直接的建議，但是他們想法子幫助父母雙方看清事實的真象。有些不能同意的父母，指定幾位他們相信是公正的人，給他們決定關於孩子的事情的法律上的權力。

★ 開一個婦女會，請她們喫麵，盡歡而散。『四、四』兒童節，曾舉行兒童遊戲大會，由兒童自己擔任節目，甚得觀衆好評。會畢服務站贈送給會兒童肥皂各一塊。每逢禮拜日則不投課，而舉行宗教崇拜。空氣頗為歡洽。

辦理動機——福州蔡酒嶺附近的農民子弟，因為戰時農村破產，一般生活均形貧苦，協和職業學校有鑒於此，認為兒童是國家未來的柱石，萬不可忽視他們的教育，便於去冬十月間草擬『貧童服務站』的計劃，送請救濟總署，合作辦理此項兒童福利事業。蒙救濟署同意後，立刻招收年在四歲以上十二歲以下的一百五十名貧童入校就讀。

站中組織——工作開始，即定名為『救濟總署福建辦事處，福州私立協和職業學校合辦貧兒服務站』。站中設站長一人，由蔡啓平擔任，護士一人，由學校護士擔任，直屬站長下有供膳股，由學校選定工讀生一名擔任，有教育股，由學校青年會服務部延聘同學十二人輪流教導。

經費來源——服務站規定三個月為一期，每期中救濟總署發給大批麵粉，牛肉罐頭，湯粉

等。其他費用如管理員膳食費，工人膳費及工資、課本、粉筆等費用，每月需要三十萬元左右，均由協和職業學校向外募捐。

貧童食物——每日下午五時有一餐，食量依照規定，每人吃麵粉六兩，牛肉罐頭四兩，湯粉四兩。全體一百五十人，青菜十斤煮湯喫。

教讀課程——自前年十一月一日開辦以來，每日下午五時給餐後，對於比較年長的，均施行四小時的識字教育，從未間斷。計分兩級，有國語、常識、衛生、唱歌等科目。現在二年級貧童已經讀到第四冊，一年級也讀到第二冊，課本完全用『國民小學課本』，與普通小學一樣。

各種活動——聖誕節時，服務站舉行懇親會，請貧兒父母參加，到會的有五百人。會畢贈送貧童每人毛巾一條，肥皂一塊，糖果一包，並攝影紀念。『三八』節時，服務站請貧兒母親來

工作成效——學業方面，識字教育的目的，不但已經達到最高理想，而且更獲到意外的成功。就是兒童大多數能寫字，講普通話及唱歌。身體方面（前年十一月至去年一月），在第一個全月全部兒童體重計七千八百七十八磅，至第三個月則增至八千一百三十五磅，比較增加了三百零五磅，平均每人增加兩磅。第二期（二月至四月）中第一個月，全體兒童體重共重七千八百九十二磅，第三個月則增至八千五百十五磅，每人平均增加二磅一兩。這樣看來，協和職業學校的貧童服務站，的確是貧兒救濟和農村兒童的樂園。雖然目前經費不足，但我們總希望克服困難。希望把第三期的成績辦得更優良些。

★本刊歡迎投寄社會服務及兒童福利機構的報導！



嬰孩吃的習慣

美國梅育診所
小兒科醫師 史普克

Benjamin Spock, M.D. 原著 · 江同譯

吃東西喜歡選擇

嬰兒到了一歲左右，對於他的食物的感覺，有了改變的傾向。他不像以前那麼餓，那麼貪吃，他喜歡有所選擇。這是不足驚異的。如果他一直像小時候那樣吃，那樣增加體重，他就要變成碩大無朋的大漢了。現在他好像覺得有時間可以看看他的食物，問問自己：『今天那樣東西好吃，那樣不好吃？』這和他八個月時的舉動真是大不相同了！那時一到吃飯的時候，他就覺得餓得要死。母親給他繫尿布時，他已經急得傷心地哭起來，等到吃的時候，將身體向前傾着，一口一口地大吃起來。母親給他吃的是甚麼是沒多大關係的。他太餓了，已經無暇顧及了。

使他選擇食物的原因，除了不像以前那麼飢餓外，還有其他的因素。現在他開始知道他是一個具有自己的觀念的一個獨立的人，因此對於某種食物，以前不過懷疑而已，現在就成了明確的不喜歡。他的記憶力也比以前好了。他大概心裏會想道：『老是給我這幾樣東西吃，吃得日子够多的了，應該讓我吃點我喜歡吃的東西了。』

長牙往往也減低嬰兒的食慾，特別是第一對臼齒要長出來的時候。有幾天也許祇吃平常食

量的一半，偶然也許一頓飯整個不吃。最後的，也許是最重要的原因，就是人的胃口一天天的，一星期一星期的是自然有改變的。我們成年人也知道今天我們也許覺得一杯番茄汁非常好吃，另外一天又覺得豌豆湯特別好吃了。兒童和嬰兒也是如此的。你不常看出一歲以下的嬰孩有這種的改變，原因就是他們往往太餓了，所以無論給他們吃甚麼，他們都捨不得，顧不得放棄。

戴維斯的食慾實驗

美國克萊拉·戴維斯博士 (Dr. Clara Davis) 想要查出倘使有許多種不同的食物放在兒童面前，讓他們隨心所欲地選擇，他們會吃些甚麼。她沒有用較大的兒童起點，怕他們已經有了對於食物的偏見。因此她選了三個八個月到十個月的嬰兒，他們以前除了人乳以外，任何食物都不會吃過。她使他們住在一個有人當心地照顧他們的地方。餵他們吃的情形是這樣的：吃每一頓飯時，保姆放七八碟不同的有益健康的，做得不太精緻的食物在他們面前。其中有蔬菜，水果，雞蛋，粥，肉，全穀製的麵包，牛乳，水和果子汁。吩咐保姆說，『等到他表示要吃那樣東西時，再餵給他吃。』那位八個月的嬰兒變着他的身

體，將拳頭放到一盤甜菜根裏去，然後打算要將他手裏的甜菜根吃光。這時候保姆就可以給他一些甜菜根吃。然後她就等着，看他表示再要吃甚麼。下一次給他吃的也許又是一匙甜菜根，也許是蘋果醬。

戴維斯博士發現了三件重要的事情。第一：由多種不同的食物中選擇自己的膳食的嬰孩，發育情形極為良好；沒有太胖的，也沒有太瘦的。第二：每一個嬰兒，經過相當時期之後，他所選擇的食物，任何科學家都會同意是極其平衡的膳食。第三：每一頓，每一天，食慾都有很大的改變。每一餐分開來看，並不是平衡的。一連好幾餐，也許嬰兒所吃的大部份都是蔬菜。然後他又改變了，大吃澱粉質食物。有時候他會一餐中祇吃甜菜根，別的任何東西都不吃，也許比較成人認為適當的數量多四倍。這樣大吃之後，他不嘔吐，也不腹痛，也不患瀉痢。有時一個嬰兒除了吃飽一餐之外，還要吃一夸脫牛乳，可是到下一頓也許祇吃很少的牛乳。有時候一個嬰兒除了吃飽一餐之外，還吃六個老的煮雞蛋。有一個時期一連許多天，戴維斯博士注意觀察嬰孩吃牛肉的情形。有一個時期，他每次吃一份普通份量的牛肉，後來他對於牛肉的食量就開始增加。他的食量可以大到我們平常認為適當的數量的四倍，一連許多天都維持那個數量，然後又逐漸消滅。對於牛肉的慾望這樣逐漸增加，後來又減低的情形，使戴維斯博士想到牛肉中有某種東西是嬰兒身體中真正需要的，因此有許多天影響到他的食慾。戴維斯博士又將這個實驗施行於較大的兒童及醫院中的病人，發現結果同樣良好。

由這個試驗的餵食法所得的良好結果，並不表明做母親的人應該每餐都像擺酒席似的，給她的孩子預備七八樣菜。但是這個結果確實表明，如果她給一個沒被寵壞的孩子所預備的是平衡的，有相當變化的，是他當時愛吃的食物，她可以信任孩子自己的食慾去選擇有益健康的膳食。這就是說，凡他所愛吃的食物，她可以讓他吃得比平常多些，不必顧慮到結果。還有一節更重要的，那就是說當他暫時不喜歡吃某種蔬菜時，她不用不着焦慮。

讓我們這些摩登人物這樣相信我們的孩子的食慾，這是頗不容易的。我們已經聽到很多科學家們說我們應該吃甚麼，因此我們就忘記了幾百萬年以來，我們的身體早就有這種豐富的知識了。每一種的毛蟲都確實知道那一種葉子牠可以吃，別種的葉子牠都拒絕不吃。當牠身體渴望着要吃吃的時候，牠會走許多哩路跑到祇鹽場去。知更鳥沒上班聽過講，但是牠也知道甚麼是對牠是有益的。人也應當本能地知道甚麼是對牠是有益的，這是不足驚異的。我的意思並不是說一個兒童或成人所吃的總是對他最有利益的食物，我也不是說做父母的人不需要知道甚麼是平衡的膳食。如果每一餐的時候，做母親的人祇知道給她的孩子預備白麵包和咖啡，那麼無論他的本能多麼強，他也沒有機會由這種東西裏面選擇平衡的膳食。最重要的是做母親的人要知道蔬菜，水果，牛乳，肉，雞蛋，全穀的粥，這些東西的價值，這樣她就可以供給他所需要的各種不同的食物。但是和這件事同樣重要的，就是她要知道她的孩子的本能是很強大的，可以開始利用了，他的食慾是

自然有改變的，如果不使他有許多成見，久而久之，他自然會選擇一個非常平衡的膳食。

暫時放棄某種蔬菜

如果他忽然反對上星期他所愛吃的蔬菜，你就讓他去反對吧。你若是不把它當一回事，下星期或下個月他就會又吃那種蔬菜了。如果他不喜歡吃那樣蔬菜，而你堅持着非讓他吃不可，你就使他覺得某種食物是他的仇敵。於是你將他暫時的不喜歡變成了永久的恨惡。如果同樣的蔬菜他接着兩次不吃，那麼在一兩星期內不要再給他吃。做母親的人買了一樣食物，預備好了弄給他吃，但是那個固執的小東西現在竟不肯吃前幾天他愛吃的東西了，這自然是要激怒她的。在這種時候，叫她生氣不發脾氣的確是不容易的事。然而強迫孩子吃他所不愛吃的東西，這對於兒童的情緒上是更難堪的。倘使有一個時期，有一半的時候他反對，他所吃的蔬菜，這是在他第二年中常有的情形，那麼你可以把他所愛吃的那些蔬菜給他吃。這是利用我們所有各種新鮮的和罐頭的蔬菜的最聰明和最愉快的方法。如果有一個時期所有的蔬菜他都不吃，可是喜歡吃水果，那麼可以讓他在多吃點水果。（蔬菜是很有價值的，因為其中含有多種礦物質和維生素，還有粗纖維。但是各種的水果也可以供給許多的礦物質和維生素並且和蔬菜有等量的粗纖維。若是兒童是吃魚肝油，牛乳，肉和雞蛋的，他就可以得到水果中供給不甚充足的鹽質和維生素。）

吃粥吃膩了怎麼辦

有許多嬰孩在兩歲時吃粥吃膩了，尤其是在晚飯時。不要塞給他吃。有許多種食物可以代替粥。即使好幾天或好幾星期，一切澱粉質食物他都不願意吃，也不會有害的。（如果嬰孩吃粥吃膩了時，可以在粥裏加幾片新鮮水果，煮熟的水果，或是加點紅糖，蜜，或糖汁。孩子稍大一點時，可以用許多種的麵包或三明治（sandwiches）代替粥類。可以給他吃白麵包或黃麵包或加胡桃仁的麵包。可以在麵包上抹一層牛油，人造牛油，乳酪，蜜，或果醬。到了兩歲以後可以用許多種不同的食物做三明治：用新鮮蔬菜，（高苣，番茄，胡蘿蔔，捲心菜），用熟的水果，花生醬，雞蛋，罐頭的魚，切片或切碎的雞或肉。乳酪可以抹在麵包上，或切成薄片做成三明治。）

少吃牛乳別慌張

牛乳是一種極有價值的食物。它供給嬰兒膳食中許多種最重要的成分。（舉凡人類需要的各種食物的成分，牛乳中差不多都包含得有：例如蛋白質，脂肪質，糖質，礦物質以及許多種維生素。不吃牛乳而吃別種平衡膳食的兒童，他們也可以由別的食物中得到足夠的這些成分中的大部分。所缺少的就是鈣。牛乳是唯一的含有大量鈣質的食物。）但是我們要記得，世界上有些地方沒有牛或羊，兒童過了哺乳期以後，他們就由別種的食物中取得這些物質。還有一件應該知道的事情，就是每天平均一品脫（十六噸）差不多足夠滿足每一個由一歲到三歲之間的兒童的需要，倘使他的膳食在其他方面都是合理的。有許多在一歲到兩歲之間的兒童，都願意將他們所吃的牛

乳量減到每天一共十六噸到二十噸，至少他們暫時願意這樣。假使做父母的人很焦慮，要想勸或強迫他們的孩子多吃一點牛乳，很容易使孩子更討厭它。久而久之，他所吃的牛乳比你強迫他，隨他吃多少時，吃得還要少些。

在孩子已經表示對於牛乳不感覺興趣時，別舉着杯子再讓他喝。他每次要拒絕就使他下了決心更不願吃它。如果他所喝的減少到平均八噸的時候，等幾天看看是否能再多吃一點。

如果他繼續下去總喝不到一品脫，那麼還有許多種別的方法用牛乳做成別種食物給他吃。將牛乳用任何方式做成食物，其營養功效都和直接喝牛乳是一樣的。（熬粥時可以用牛乳代替水。還可以用牛乳做布丁和蛋糕。蔬菜湯和雞湯也可以用牛乳代替水調製。烤的通心粉，洋山芋泥及許多別的菜，也可以用牛乳來做。）

如果兒童一連兩三星期所吃的牛乳，以各種方式給他吃的都算在一起，也吃不到一品脫，做母親的人應該報告醫生。他可以開用別種方式給他吃，直到他吃牛乳的胃口恢復的時候。

當心餵食問題

一歲和兩歲中餵食的問題，比較其他任何時期都發生得多。孩子一不好好地吃東西，母親一憂慮，就成了火上加油的局勢。母親越煩惱越勸，孩子吃得越少。孩子吃得越少，母親越着急。因此吃飯就成了受罪。這個問題可能延長好幾年。父母和孩子中所發生的緊張，還可能引起其他行為上的問題。

使你的孩子好好地吃東西的最好方法，就是

讓這覺得食物是他喜歡吃的東西。如果他覺得某種食物好吃，你可以讓他比平常吃得更多些，他覺得不好吃的東西，可以讓他吃得少些或是不吃。給他預備飯食時，要選擇平衡的膳食，但是要選擇他真正愛吃的，有益健康的食物。你要預料着他的胃口是時常改變的。如果你不能請教醫生在他的膳食中加添甚麼新的食物，我們可以介紹你一些。（可以給他吃肉食，例如豬肉，牛肉，羊肉，和肝；雞蛋；蔬菜，例如菠菜，豌豆，洋蔥，胡蘿蔔，蘆筍，番茄，甜菜根，芹菜，和洋山芋等；水果，例如蘋果，橘子，杏子，梨，香蕉，桃子，梅子，無子的葡萄等；各種的粥類，純麥粥，雀麥粥；麵包和三明治；麵條和通心粉；餅乾，布丁，蛋糕，凍子，和冰淇淋。有許多兒童從來不要吃澱粉質食物，他們好像也不需要許多澱粉質似的。他們可以由牛乳，肉類，水果，蔬菜中得到足夠的熱量，以增加他們的體重。他們所需要的複性維生素B，他們也從這些食物中取得。換句話說，穀類和其他澱粉質是兒童膳食中最用不着憂慮的。）

如果你不拿孩子吃飯的事當作打仗一樣，那麼過幾星期之後，你的孩子就會得到很合理的平衡的膳食，雖然一頓兩頓的，一天兩天的，也許有點不平均。如果過了幾星期他的膳食仍是不平衡的，那麼即使是極困難的，也必須去和醫生討論這個問題。

吃飯時站着玩耍

連一歲都不到的時候，這種情形也許已經成為問題了。這種情形的發生，是因為嬰孩對於他的

的食物已經不像以前那樣貪食，對於一切新的活動例如，爬，把握匙子，攪亂食物，將杯子倒過來，將東西擲到地板上這些事，却是比以前更有興趣。我會看見過一個一歲的孩子，餵他吃東西時，整整一頓飯他都是站在高背椅上吃的，有時甚至於讓那位受罪的母親手上拿着匙子和碟子跟着他滿屋子亂跑。

吃飯時搗亂，那是表示孩子漸漸長大了，並且有時他的母親對於他吃東西的事情比他熱心得多。讓這種情形繼續下去是很討厭的，而且很容易引起餵食的問題。克服兒童這種的情形並不困難。你可以留心觀察他爬呀玩呀總是在吃得半飽或是完全吃飽的時候，而不是在他真正飢餓的時候。因此無論甚麼時候，祇要他對於他的食物不感興趣了，你就假定他是吃飽了，將他由椅子上抱下來，不必使他注意，你可以將食物收走。仍然和他保持友誼的態度。倘使他一看見食物收走就立刻哭叫起來要他的食物，好像是說他並不是不餓，你可以再給他一次機會。但是他如果並沒有表示遺憾的樣子，不要過一會再將那個食物給他吃。若是在兩餐當中的時間他餓得厲害，在他吃點心時可以給他比平常多一點，或是將他下一頓的飯，開得稍早一點。如果他對於吃東西不感興趣的時候，你總是立刻就停止不給他吃了，那麼在他飢餓的時候，他一定就專心注意好好地吃東西了。

但是有一種情形是例外的。一歲左右的孩子，有一種很強烈的慾望，喜歡將他的手指浸在盤子裏，或是用手抓一把粥，或是在盤子裏攪動一滴牛乳。這並不是搗亂。他也許同時正在張着嘴

想要吃那個食物呢。單單爲了這個緣故，我決不停止他的食物，我也不阻止他獲得用手摸食物的經驗。如果他打算將盤子翻過來，你可以緊緊地按住。如果他一定要將盤子翻過來，你可以暫時將它擱開，讓他够不着。

讓他早點自己餵食

孩子自己餵着吃的年齡，大部份是根據大人的態度而決定的。戴維斯博士在她試驗嬰兒選擇甚麼膳食時，她發現有些嬰兒不到一歲就能用匙子餵自己，餵得很好。在另一極端呢，一個過於遇到的保姆，一定肯定地說讓她那個兩歲的孩子自己餵着吃是根本不可能的。這完全在乎你甚麼時候給他一個練習的機會。

多數嬰兒到了一歲左右就表現要使用匙子的野心，假使他們有練習的機會，他們中間有許多人到十五個月就可以不用人幫忙自己吃得很好。有些嬰孩使用匙子的技術直到十八個月時才有進步。

在嬰兒才六個月自己拿着餅乾時，他已經得到一點用匙子餵食的準備了。後來到他九個月左右，他吃肉的時候，他也想用手抓來放到嘴裏去。從來不許他用手餵自己的孩子，用匙子餵自己的事情多半要實行得慢些。

一個有禮貌的十個月或十二個月的孩子，當他母親餵他的時候，他也許將手放在他母親的手上。但是多數的孩子都想由母親手中奪下匙子來。做母親的人也許會覺得奪來奪去的好像是在和孩子交戰似的，但是母親可以將那把匙子給孩子，自己另外拿一把用。不久孩子就發現使用匙子

比佔有那把匙子麻煩多了。他要用好幾星期才能學會怎樣用匙子舀起一點食物，還要再過幾星期才能學會由碟子送到口裏去時，不將匙子倒翻過來。他會覺得要自己吃東西是麻煩討厭的事，於是他就攪亂或撥翻他的食物。那時就要將碟子擱開，或許留下幾塊肉放在他面前，讓他去練習。

即使在他很用心地努力要好好餵自己時，他也會吃得亂七八糟的，對於這種情形，你必須要容忍。你若是敢心你的地毯，可以在他的椅子下面放一大塊油布，你若是怕他吃的東西冷了，可以用那種雙層的菜盤（下面放開水，上面放菜）。嬰兒所用的匙子最好用直柄的小銅匙，不可用瓷的，以免打碎。

現在我們談到了最重要的部份。單是讓孩子有一個匙子，並且有機會用它，是不夠的。你必須逐漸地使他有更多的理由非用它不可。起初他試試用匙子，因爲他願意自己做事情。但是當他領教了使用匙子多麼困難的事情以後，若是你老是很快地餵給他吃，他就會自己不動手，將餵食的差事都交給母親了。換句話說，當他開始能夠將一點食物送到嘴裏去時，在吃飯開始，他最飢餓的時候，你應該讓他有幾分鐘自己去餵着吃。後來他的食慾就會迫着他繼續努力。他越吃得越好，越應該讓他每餐自己吃的時間長一點。

等到他能在十分鐘以內將他愛吃的菜吃完的時候，你就應該退位了。這個地方就是母親們時常錯誤的。她們說：「他現在吃肉和水果都吃得很好，但是吃蔬菜，洋山芋和粥時，還得我餵他。」這種辦法是有點危險的。如果他能處理一種食物，他就有本事處理其他的食物。如果他不喜

歡吃的食物你老是餵給他吃，那麼你就使他要吃的食物和你要他吃的食物中間的區別越來越深刻。久而久之，他對於「你的」食物就失去了胃口。但是如果你儘可能地由他現在所愛吃的食物中，給他預備一個非常平衡的膳食，並且完全讓他自己餵着吃，那麼雖然有幾頓這樣東西吃得太少，或是不吃那樣東西，過幾星期之後，他就有希望能吃到極平衡的膳食。

不必憂慮吃東西時的禮貌。嬰兒也願意完全自己吃，吃得更老練更整潔一點。他一覺得能夠應付的時候，他就想要由用手吃進步到用匙子，再由用匙子進步到用叉子或筷子，也正如他要試一試他看見別人做的許多別的困難的事情一樣。戴維斯博士在她所觀察的嬰兒中看出了這種情形，他們是根本沒受過訓練的。她指出不用教，小狗也表現出這種學習吃的禮貌的步驟。起初時，牠們站在一碟牛乳裏面將臉浸到牛乳裏面。第一件牠們學會了將牠們的腳拿出來；其次學會了舐牛乳而不用將臉浸到牛乳裏面；最後牠們學會了吃完以後，很有禮貌地將臉上舐得乾乾淨淨。我很注重地談到關於讓小孩子在十二個月和十八月當中（如果他很能幹，可以在十五個月時）的時候學習自己餵着吃，因爲那是他自己願意學習的年齡。假定做母親的人這時候不教給他自己吃，等到他二十一個月時對他說：「你這個大笨貨，這麼大該自己吃了。」那時孩子多半就會採取這樣的態度，「不，我一向讓人餵慣了，我應該享受被人餵的權利。」

（下接第四三頁）



怎樣訓練兒童服從

爲甚麼要兒童服從

人類有許多重要的基本動作需要自幼養成習慣，而這些習慣的養成，在成人的指導下，才能省事而有效；這不是一朝一夕的事情，必須在生括中慢慢的訓練才行。還有兒童常常會去嘗試危險的事情，如果不聽從成人的指導，將使他們的身體受到傷害，甚至喪失生命。因此，服從在兒童是不可或少的條件。

一般父母們，對於『服從』的意義，很少是澈底明瞭的。他們以爲自己的孩子，應當聽從自己的話，用威權強迫兒童服從，漸漸的就流爲『盲從』。也有兒童在父母的威權下，表面上是服從了，而內心則在憎恨；或者在你面前是完全服從，背了你的面，則變本加厲的幹着壞事。一般不馴良的孩子，他們的父母大都是很嚴厲的，爲甚麼兒童還是這樣頑皮呢？原因就在父母的濫施威權。所以真正的服從，不是表面上『行動的服從』，而是『內心的服從』。

需要兒童服從的事，不宜太苛求，否則樣樣聽憑你的話，將喪失兒童的自信心，同時會成爲一個呆板遲鈍的孩子。下面是需要兒童服從的四個原則：

(一) 一種基本的生活習慣——如穿衣，睡

眠，進食等。

(二) 良好的社會習慣——如靠邊走路，吐痰入盂，以禮貌待人等。

(三) 可以啓發知識，有利前途的事情——如讀書，習算，擇業等。

(四) 不做危險性極大，有傷害身體可能的事情——如玩火，戲水，在馬路中奔跑等。

一個六七歲的兒童，我們祇要他服從以下幾件事：

(一) 一定的時候睡覺，一定的時候起床。

(二) 慢慢兒說話。

(三) 收拾自己的玩具。

(四) 有規律的進餐。

(五) 不在街頭遊戲，決不獨自一個過街。

應行服從的事項一經訂定之後，就得始終遵行，絕對不能有一二次的例外。如果有幾次例外，那兒童便認爲這種事情可做可不，影響了事情本身的重要性，同時對你也不再信仰聽從了。

兒童爲甚麼不服從

(甲) 大人們處理不當——兒童的不服從，大部份由於大人們對兒童處理不當所致。我們得檢討一下自己，看看有沒有犯下面那些過失：

(一) 你是不是時常發消極的命令？

前之江大學
教育系教授 須養本

——命令愈多，兒童違抗的機會也愈多，尤其是消極的命令。譬如你要孩子不隨地吐痰，你應該積極的告訴他：『吐痰要吐入痰盂。』而不應該消極的說：『不要隨地吐痰。』因爲兒童的好奇心很重，如果你多說『不』字，他偏要試一下，看到底結果怎樣。下面便是一個顯明的例子：有一位老師在舉行開學典禮的那天，他本來沒有話說，可是他覺得一定得找幾句話來說才對。他想了好久，才發了這一個命令：『操場邊的矮牆上，不要爬上去。』屹立在操場邊已十多年的那矮牆，從來沒有學生爬上去過，可是當天晚上，真的有幾個頑皮的學生爬上去了。

(二) 你對命令孩子做的事，有沒有考核他的成績，獎勵他的勤勞？——假如沒有話，幾次以後，他就以爲你吩咐的事無關緊要，而認爲無須絕對服從了。

(三) 你對孩子的不良行爲，有沒有時寬容他，有時懲罰他？——孩子犯同樣的過失，你高興時就寬恕他，煩惱時就打罵他，父母對子女的態度這樣自相矛盾，反覆無常，子女怎麼會尊重你的命令，而樂於服從呢？

(四) 你有沒有用誘騙或賄賂的手段來使孩子服從？——如果你專愛用物品做賄賂，誘騙孩子服從，那麼要是有一次不用物品賄賂他，他一定會故意拗違你。或者你答應給他東西，但孩子聽了你的話，你却沒有實踐你的應許，第一次欺騙了他，第二次再要他服從可就不容易了。

(五) 你對孩子是否言行相符？——要是你會對孩子說，你最恨不守約的人，可是你

自己有一天失約了，孩子一定要對你的話發生懷疑，而也不守約了。

(六) 你命令孩子做的事情是否不近情理？——如果你要孩子靜坐很長的時間，或者在此時間內不許出聲，這是難以辦到的。你的命令既不合理，自然難怪孩子要違抗你。

(七) 父母的態度是否一致？——古語說：『父嚴母慈』，因此孩子做錯了事，往往父親要懲罰，母親則同情。一個命令兒子上學去，一個說孩子身體不好，應該在家休息。父母間的態度，意見不一致，使孩子不知到底應該服從父親，還是服從母親？結果他一定會對父親或母親失掉信仰。

(乙) 兒童本身的原因：

(一) 他不知道你為甚麼要他這樣做——你叫他吃飯時要細嚼緩嚥，但他不知道胃病的痛苦，他決不會聽從你。遇到這一類事，你應該先告訴他胃病的可怕，和發生胃病的原因，然後指導他吃飯時要細嚼緩嚥。

(二) 年齡還小，不辨是非——譬如孩子要拿別人所有的東西，你叫他還給人家，他不肯，這往往是因為他不知道這種行為是不對的。

(三) 孩子沒有注意到你的命令——孩子在玩得高興的時候，如果你叫他吃飯或是睡覺之類，他往往好像沒有聽到一樣，仍是繼續着玩。你不必要認為他不聽話了，其實並不是，他是沒有聽到你的命令。

(四) 孩子在疲勞或將睡時——在孩子疲倦時，他往往會違抗你的命令，並且發

脾氣。夜深的戲院裏，常常可以聽到小孩的哭聲，就是因為小孩需要睡覺而不得睡覺的緣故。所以當孩子疲倦了的時候，應該讓他休息或睡覺，別再在這時候發出命令。

(五) 兒童的眼光與成人的眼光不同——有些事情在父母的眼光裏認為是重要的，孩子則不然，因為他另有他所認為重要的事情。當孩子忙着用木塊蓋房子的時候，便不以為吃飯是一件重要的事情。遇到這種情形時，你得在發命令之前，先給他五分鐘的時間，讓他完畢他正在做着的工作。

父母應具備的條件

要孩子服從父母的命令，父母應具備下列這些條件：

(一) 豐富的知識——父母有豐富的知識，才能有遠大的眼光，正確的觀點，對於孩子的不馴良，能以縝密的頭腦來分析它的原因，而決定處理的方針，對症施藥，得到良效。所以做父母的，必須具有兒童心理學，生理學，衛生學，醫學，教育學，社會學等的普通知識，並且還得隨時閱讀書報雜誌，接受日新月異的新知識。

(二) 同情心與忍耐心——父母對孩子須具有極大的同情心，要關心孩子的每一件事，但不要直接的幫助孩子處理困難，而應暗示他自己去處理的方法。你如果直接幫助他做了，他要存依賴心，以後一直要你。孩子如果在遊戲時不慎而受了傷，你一定要表示也很痛楚，告訴他以後要謹慎小心，和不再做有危險性的事情。即使孩子有過失，在你懲罰他的時候，你一定要先

告訴他過失的所在，要受懲罰的原因。而懲罰過了，你還是要同情他，所謂『打在兒身，痛在娘心』，使孩子還是感到你可愛，而肯親近你，以後肯聽從你的話。同時，父母必須還有忍耐的涵養。孩子做出來的事，難免有不近情理的，你不要忿怒，你要原諒他年紀小，知識淺，而耐心地誘導他，孩子一定能心悅意服的聽從你。

(三) 和悅與穩重——既要和悅，又要穩重，這兩種態度往往不可兼得。太穩重了就要流於冷酷，孩子不願接近你。太和悅了就有損於穩重，孩子對你全不尊敬，你將無法使他聽從。所以必須適度地運用這兩種態度：常帶笑容，樂於幫助孩子，答應孩子合理的要求，可是決不是整天和孩子嘻嘻哈哈，不分大小。無關緊要的話不多說，沒有一次言行不符。就是你所穿的衣服也很整齊，你的行動都很得體。這樣，孩子就會又敬你，又愛你，你指導他們時就便利得多了。

(四) 公正與變態得當——對子女要公正，不能依憑你一時的情緒，而用不同的態度去處理孩子先後同樣的一件過失。父母們往往對自己的孩子偏愛與偏憎：大兒子聰明伶俐，小兒子活潑可愛，祇有次子生性愚鈍，舉動呆滯，父母虐待他，弟兄輕視他，他自己也感到羞愧，不與弟兄們較量，也不作聲，一個人孤單單的，漸漸地使他產生了自卑心以及變態心理和行為，於是你更覺得這個孩子的可憎了，但這正是你自己所造成的。

獎懲兒童乃是效果率的應用。兒童做了一件好事，應該獎勵，使他感到快樂，而樂於下次再做。如果犯了過失，應當懲罰，使他感到痛苦，

不再重犯。獎勵不是賄賂，所以不宜用物質的獎勵（多開口頭獎勵）；懲罰不是報復，所以不宜過重（如罰跪，罰立，罰餓，責打等）。懲罰有兩種目的，主要的是改良被罰者的行為，副目的是給其他的兒童作為前車之鑑，不蹈覆轍。另外還有幾條懲罰的原則：

- (1) 懲罰時不要忿怒。
- (2) 要使兒童感到內心的痛苦。
- (3) 懲罰要公正無私。
- (4) 懲罰要概不寬宥。
- (5) 要使兒童了解懲罰的原因。
- (6) 用親切的談話來施懲罰。
- (7) 懲罰應該用個別診斷法。（因為兒童有犯過的原因，必須先檢討它的原因，然後決定怎樣施罰，比較有效。）
- (8) 懲罰要合理。（如兒童與人打架，而罰他寫字，這種懲罰是不合理的，因為打人和寫字沒有關係，寫字決不是打人後所應有的結果。並且這種懲罰流弊很大，寫字本來是一件應當做的事，現在用以懲罰兒童，則兒童便把寫字當作一種痛苦，討厭寫字，不肯寫字。像這種打人的過失，最合理的懲罰的方法，是叫兒童向被打者道歉，使之和好如初。）

有了公正的態度，獎勵能適得其當，那麼兒童一定能信仰服從你的。

結婚 比 獨身

結婚和獨身生活相比：結婚所含美麗的成份比較少，但安全的成分比較多；結婚後也許不能增添你的舒適，但可減少你的危險；婚後的生活有時更愉快，有時也更悲傷，多憂慮，但也多快樂，婚後的負擔加重，但愛的力量能肩起這負擔來，使你感到安詳。——戴樂斯（仲惠選）



我是無冕皇后

陳彩霞

我是個「皇后」，然而無冕之后。
——這話有點不明不白。說透了，可又不奇怪。我的丈夫是個新聞記者，而記者，是「無冕之王」。我的「封誥」便也由此而來。

於是我的煩惱也就隨之以俱至了。
問題不在於我的丈夫為什麼是個新聞記者，而是在於他為什麼不幹那跑腿的外勤工作，偏要內勤伏案？為什麼不幹白天的工作，偏要一年三百六十五天的熬夜？

世界上所有的職業，怕也沒有像報館的編輯那樣顛倒陰陽以夜為晝的吧！

每天下午九點鐘，他上班。不管是夏是冬，不管下雨刮風。南方沒有雪，這小城中却時常鬧水災：下了一陣驟雨，街呀巷呀便遍地是水，深可沒腰。可是他得去。照例，他吃過晚飯，抽一枝烟，拿起手電筒，開了門。「晚安！」走了，到報館去，到他那小小的不夜城去，到「夜總會」去（他自己那麼說），「同剪刀、漿糊、紅墨水談情說愛去」。

留在家裏的是我獨自。
由他去。天氣熱，一個人獨佔一張床，倒涼快寫意！

可是我睡不着。你睡得着嗎，在這九十多

的氣溫下？——獨個兒又不高興去看電影。乘涼吧，乘涼總得談天，談天總得有搭對兒。我的搭對兒在那裏？他，上班去了；娘姨，睡了；鄰居，——唉，不知道怎樣，她們那股潑勁兒，就老是和我不對腔。

睡既不是，不睡也不是。好，這情景，就尷尬得可以！

冬天，應該好一點吧？天氣冷，可以早點上床。好，脫了鞋子，換了睡衣，鑽進被窩裏去。他在他的「夜總會」中快活，我往睡鄉中旅行。

阿彌陀佛！這被窩却冷得像愛斯基摩人的雪屋！湯婆子很快就冷掉。燒着火爐吧，火爐——可又不能整夜都燒着的呀。只好像蝸牛般的蜷成一團，在又冷又硬的被窩裏打抖。

好久好久，漸漸有了熱氣。我聽見自己在打鼾了。可是睡得正酣的當兒，門鈴響了。

那是他回來了，清晨四點多。

也許不用我親自起來開門。天快亮了，娘姨也快起來燒飯了。

也許我仍得起來，因為娘姨還沒有醒，雖然門鈴響了一陣又一陣。我不能讓他老站在門外喝西北風。可是，離開那溫暖的床，即使是一分鐘，我是多麼的不高興！——噓，多冷！多冷！

邊嚷着冷，他進來，邊就鑽上床來。

——天哪！

被窩裏伸進了一條冰棒！六月天喝杯冰淇淋，倒是最清爽不過的，然而這是冬天呀！……够了，醞釀了一整夜的熱氣，就這麼前功盡廢了。這時候，我不起來，還幹嗎？

獨個兒，吃了那味同嚼蠟的早餐。突然記起昨天夜裏想起的那件事必須同他商量。叫醒他吧，——唉，看他睡得那麼貪婪，（他整夜都沒有闔眼過呢！）又不忍去驚破他的好夢了。

謝天謝地！吃午飯的時候，他醒來，不斷的打着呵欠，打疊的喊肚子餓。吃了飯，他照例又大發議論：昨天的電訊怎樣怎樣，這個那個，從魏德邁說到宋子文，從飛盤說到聯合國大會中王外長的演說，從演說——不知怎麼一來，又跑到外匯面上去。如此如此，滔滔不絕。

而當我試着打斷他的話頭，提起了必須和他商量的那件事時，他馬上擱擱眉頭：

「這是主婦的事，」他說，便不再響了。
「不只是我的，」我解釋着，「是整個家庭的事。」

「家庭的事我管不了許多。」

「那麼你管什麼？」照例一場辯論（我不願意說這是口角）又開始了。

「我嗎？我管的是世界大事。」

——好大的口氣！

「算你的！」我說，「世界大事你管着，而且管得很好很好，比你的聯合國大會更好。可是，我們的家事可還沒有弄好呀！」

他可答得更妙。他說：

「家事管好了，也不見得就能叫美國不同蘇聯嘔氣，共產黨不跟政府打仗！」

再說下去，他更有那麼一手：

「總之，我不能大才小用！」

好啦，他是「皇帝」，由他去！而且，說真的，睡眠不足的人火氣大，不要當真的吵起來，教人笑話。而且，他也已够傷腦筋了，爲了那個杜魯門，那個史達林，那個朝鮮問題……算了，算了，我自動撤回原議案。

「你又瘦了一點，」我把話題岔開去。「你應該把營養弄好一點。夜工總是很容易損害健康的。」

「我知道。然而，我有什麼辦法呢？」這是回答。「這年頭，能够有飯吃，就已經不能不感謝上帝了。」

這也是實在的。不過——

「你可以把買香煙的錢省下來。」

「那我寧可不吃飯，」他又抽出一枝克雷斯來，「夜裏沒有這寶貝，精神如何支持得了！」

我可動火了。我說：

「你別再幹這撈什子生涯了！誤了我還不打緊，誤了你，我可同你的祖宗算不了賬！」

「好呀，」他答應，「你說我改行去做什麼？」

「做生意去！」

「對呀，」一抽了煙，他倒變得十分聽話了。「做生意很好：一本萬利，那裏像這樣一個月拿幾十萬塊錢薪水，便把自己賣掉，又累得太太天生氣！」

「說幹就幹，明天你辭職去！」

「辭職就辭職，不過，先拿做生意的本錢來呀！」

「你問我？」

「我以為你敢於叫我做生意去，你一定滿有把握！」

「算了，你可以做沒有本錢的生意去！」

「你叫我當土匪？」他笑着問。

「不是。誰不知道你一看見手槍就牙齒捉對兒打仗！」

「那麼是——？」

「當公務員去。」

「對呀，這個很對！」他又笑笑。「現在，貪污不是新聞，不貪污才是新聞。做官，油水多的是呀！好，我就做官去！可是，他沉吟了。

「昨天的電訊又說：政府又下令裁員了！」

於是，晚上他仍得一樣的上報館。明天，後天，大後天……也是。我一樣的不能有好睡。錢老是不够用。老是一見面就吵嘴（不，是辯論）！就想改行，而且老是談得沒有結果。他越瘦下去，生活也愈單調。我們就像已經都是五十多歲的人了。而事實上，今年的十二月八日才是我們結婚的三週年紀念日。

唉，爲了生活，我們倒把生活壓得又扁又癯——就像一隻南京板鴨！
難道這是公平的嗎？我的上帝！

恭 祝
聖 誕 並 賀
新 禧 家 雜 誌 社 鞠 躬



實用哺乳問答

美國芝加哥
衛生委員會主席 班特遜
醫學博士

本社新書 H. N. Bundesen M.D. 原著『實用育嬰問答』的一段

(一) 嬰孩該吃甚麼？

嬰孩該吃母乳，這是嬰孩最好的食物。

(二) 爲甚麼乳哺嬰孩是重要的事？

因爲對嬰孩沒有一樣食物像母乳那樣好。

因爲乳哺的嬰孩生存的機會大得多，而且比

瓶哺的嬰孩強健而康寧。

因爲乳哺嬰孩使母親保持健康而強壯，使她

產後的身體回復正常。

(三) 據說有許多現在做母親的人，

自己的奶不夠哺嬰孩，這是真的嗎？

沒有這回事。要是可能的話，嬰孩應該由母

親自己哺乳。

(四) 爲甚麼有許多母親說她們沒有

足夠的奶可以哺嬰孩呢？

因爲在嬰孩出世的頭一兩星期中，嬰孩也許

力氣不夠把母乳中所有的奶吸盡，而做母親的人

又疏忽了，沒有在每次哺乳以後用手把她乳中的

奶完全擠出。因此乳中的奶往往很快就乾涸了。

(五) 要是在起初的時候母親的奶量

很少，應該繼續把她所有的奶哺嬰孩

嗎？

是的，無論如何應該繼續把她所有的奶哺

嬰孩。給他一些母乳總比完全不給他母乳吃好。

(六) 有甚麼原因使做母親的人不應

該用自己的奶哺嬰孩嗎？

這種情形是很少見的。要是做母親的人有慢

性的病，或者嚴重的病症，那她還是不要自己哺

乳的好。

有幾種情形做母親的人是不該哺嬰孩的。

如母親患肺結核，或者患一種慢性的衰弱症，像

腎臟病，心臟病，糖尿病，嚴重的貧血，或者痛

症，醫生會勸告做母親的人不要哺嬰孩的。

要是母親患了傳染病，像猩紅熱，那應該

把嬰孩與母親隔離。在這種情形之下，要是做母

親的人不太衰弱，那應該把母親的奶用手擠

出，以維持母乳的供應，一直到她復原爲止，然

後再讓她哺嬰孩。在母親患病期間，嬰孩可以

吃健康的奶媽的奶，如果有像美國那種『母乳供

應站』，那當然是最理想的了，再不然的話，

可以給他吃牛奶的混合品。

要是母親的乳部長膿瘡，醫生往往勸她不要

用長膿瘡的那一面的乳給嬰孩吃。

(七) 在嬰孩剛出世的時候，母親的

乳中有奶嗎？

普通是沒有的。在嬰孩出世以後三四天，母

親乳中的奶量才多起來。

(八) 嬰孩出世以後多少時候，就該

給他母乳？多少時候讓他吃一次？

在嬰孩出世以後約十二小時到二十四小時之

間，就應該乳哺嬰孩。初生的嬰孩每隔四小時哺

乳一次，每天餵奶五次。雖然嬰孩在頭三四天所

吃到的奶很少，可是他可以到母親生產後乳中

所分泌的初乳，繼續哺乳之後，母親乳中的奶量

就增多起來了。

(九) 每次用同一個乳去哺嬰孩可

以嗎？

不可以，不應該這樣做。應該兩乳交替給嬰

孩吃。

(十) 嬰孩哺乳每次該餵多少時候？

第一天，每次五分鐘，使乳頭習慣於嬰孩的

吸吮。這樣把每次哺乳的時間逐漸增加，要是嬰

孩每次祇吸一乳的話，那要在幾天之內，可以把

每次哺乳的時間加長到十分鐘或者十五分鐘，要

是他吸乳吸得慢的話，有的時候可以延長到二十

分鐘以上。

要是在每次哺乳的時候兩個乳都餵的話，那

麼在吸完第一個乳的奶以後，該把另一個乳給他

吸，直到他吸不下。這大約要花五分鐘的時間。

(十一) 普通一個嬰孩吸完一乳中的

奶，大約需要多少時候？

普通嬰孩在哺乳的頭五六分鐘中，約吸了四

分之三的奶。要是他用力吸的話，約十分鐘可以

把一乳中的奶完全吸盡。

(十二) 要是在哺乳的時候，嬰孩睡

着了，那做母親的人該怎麼辦呢？

做母親的應該輕輕移動乳頭，使嬰孩醒轉來

。要是嬰孩睡熟了，做母親的可以輕輕地打嬰孩

的腳底或頰部，或者輕打他的屁股使他醒過來。

(十三) 在剛出世的頭幾天中，除了給嬰孩吃母乳和水以外，應否給他吃另外的東西，來使他不至減輕體重嗎？

不必。一個初生的正常嬰孩，除了母乳和水以外，不該再另吃瓶乳。

(十四) 在哺乳的時候，母親應該怎樣抱嬰孩？

在最初幾個星期裏，母親在哺乳的時候應該臥着。要是嬰孩是吸左乳，母親該臥在左側，要是嬰孩是吸右乳，母親應該臥在右側。她該將背部略予轉動，頭和肩靠在枕頭上。她該用臂彎支持嬰孩的身體，抱住嬰孩，使嬰孩靠近她的身體。

要是母親坐着哺乳的話，她應挑一把坐起來舒適的椅子，可以用一個大枕頭墊住背的下部。一隻腳可以擱在一個腳凳上，用臂彎支持嬰孩的頭和背，把臂彎擱在舉起的膝上。

(十五) 嬰孩在哺乳的時候，該怎樣把乳頭銜在口中？

他該把母親的乳頭和週圍大部的深紅色處銜在口中，他的牙肉應該把乳頭銜住。

(十六) 甚麼時候該每次祇給嬰孩吃一個乳，甚麼時候該兩乳同吃？

要是在第一星期的末了，嬰孩的體重逐漸增加，那麼一次祇給嬰孩吃一個乳，在第二次再給他吸另一個乳，祇有晚上十點鐘那一次的哺乳是例外的。在晚上十點鐘那一次的哺乳，兩個乳都可以給嬰孩吃，這樣使嬰孩吸到足量的奶，使他能够全夜安眠，不至於半夜餓醒要吃奶。

要是母親的奶不够使嬰孩的體重增加的話，那麼每次哺乳的時候該把兩個乳都給嬰孩吃。這可以使母親的乳量增加。

(十七) 爲甚麼每次哺乳的時候把兩個乳都給嬰孩吃是一個好辦法？

因爲在每次哺乳的時候，使嬰孩把一乳的奶完全吸盡，把另一乳的奶吸去一部，這可以使兩乳在每次哺乳的時候，都受到充分的刺激。這使母乳的奶量增加。

(十八) 要是在每次哺乳的時候，祇給嬰孩吃一面的乳，而乳量不够使嬰孩的體重增加的話，那麼該不該立刻增添瓶乳的奶給嬰孩吃呢？

不，做母親的人應該在每次哺乳的時候，試把兩乳都給嬰孩吃，盡量想一切的辦法來增加自己的乳量。要是這樣乳量還是不夠，那麼醫生也許會勸告母親除了把自己的奶給嬰孩吃以外，另外再給他吃調製的牛奶，或者乳媽的奶，直到母親乳中的奶量足够增加嬰孩的體重。

(十九) 要是用兩個乳哺養嬰孩的話，每次應該哺養多久呢？

一隻乳餵十五分鐘，另一隻乳餵五分鐘。

(二十) 要是嬰孩太弱，力氣不夠把母親的奶吸光，那麼母親該怎麼辦？

在哺餵以後，母親應該把哺餵過的乳中所剩的奶擠出來，放在消毒的盛器中。這些奶可以在下一次餵奶以後給嬰孩吃。

(二十一) 要是吃母親的奶的嬰孩，正常地在增加體重，做母親的人需要不需用

要知道他吸了多少奶？

不需要。

(二十二) 要是吃母親的奶的嬰孩有吃不夠的現象，做母親的人有甚麼方法可以知道嬰孩吃了多少奶呢？

祇要在一天中每次吃奶以前和吃奶以後稱他的體重就可以。

(二十三) 用甚麼方法稱嬰孩的體重，來看他吸了多少的母乳呢？

在吃奶以前和以後稱體重的時候。嬰孩該穿同樣的衣服。要是嬰孩在哺乳的時候大小便弄髒了尿布，那麼應該在哺乳後秤好體重再替他更換尿布。

(二十四) 哺乳的母親有甚麼辦法可以增加自己的乳量呢？

在每次哺乳以後，有一乳中的奶應該經常和全部出清，在必要的時候可以用手擠。

哺乳期間的母親，應該吃素淡的菜，包括大量的水果，蔬菜，牛奶，雞蛋，牛油，肉，和整粒的五穀。她該吃香料，醃菜，油膩或者加料的食物，也不該喝酒。食過其量並不會使乳量增加，所以她應該小心不要吃太多，她在覺得飽脹以前就應該適可而止。她該慢慢吃，把食物完全嚼碎。

她該喝大量的流質，一天六杯或六杯以上。要是辦得到的話，她每天下午該午睡一次，至少也得每天臥下休息一小時。她不應該讓自己過分疲勞，每二十四小時至少要睡八小時。她應該保持心平氣和，不要激動或煩躁，避免大發雷

還，儘可能不要憂慮和興奮。在氣候許可的時候，她應該每天作像散步這一類的戶外運動。除非是醫生指定的，做母親的人不該隨便吃甚麼藥，因為有些藥會滲入母乳中，致使嬰孩的身體蒙受損害。

(二十五) 怎樣才是用手把奶完全擠出來的正確方法？

所有的奶汁應該輕輕地從乳中的乳袋裏擠出來，乳袋是在乳頭的後面。

(二十六) 在哺乳完畢以後，做母親的人怎麼會曉得乳中的奶是否已經吸清了呢？

祇要用手擠乳看有沒有奶流出來，就可以曉得了。要是擠不出奶了，或者祇擠出一兩滴，那麼乳中的奶大概是差不多吃完了。要是奶還是噴射出來，那麼就可見乳中還有一些奶。

(續自第二六頁)

他現在已經達到一個更進一步的階段，使用匙子這種事已經不能刺激他了。他不屑於在現在去學習這點小事。做母親的人失去了叫他學習的最好機會。

別把這件事看得太嚴重，以為祇有一個最適當的學習年齡，或是因為你的孩子沒有多大進步而焦慮，或是在他沒有準備好，不急於要學習的時候，強迫他自己餵着吃。這樣做祇能引起其他問題。我的意思祇不過是要說明嬰兒願意學習這個技能遠在許多母親知道之前，做父母的應該在孩子能接過自己餵吃的責任來的時候，逐漸將餵食的責任交到孩子自己的手裏。



九姊妹之家

雪微

父母親生了我們九個姊妹：大姊今年四十歲，小妹妹已經進初中念書了，一家人過着清貧而快樂的生活。

父親是個豪爽樂觀的老人，喜歡飲酒作詩。今年六十三歲了，仍不失去工作的能力。他守信，重禮，有他的『舊道德』，但對於科學和民主的信念，却和青年人一樣的堅定。他時常和我們講歷史講科學，勸我們做人治學都要誠實不欺。他是我們愛管的父親，也是我們的諍友。

母親雖然不會飲酒，但她却比父親更達觀更快樂。她的笑容幾乎沒有收斂的時候：父親事業成功時她笑，父親事業挫折回到她身旁時她笑，女兒愈生愈多，她數着看着，她笑得更有意思。她今年也過六十，生過十二胎，但頭上很難找得白髮，臉上的皺紋也不比大姐多。

父親是我們學業上的朋友，母親却是我們遊戲時的伴侶。玩紙牌下棋她比我們玩得更熱心，拍皮球跳繩她是個忠實的觀眾和評判。說實話，我們是不大佩服母親的，她既不會交際，又不會管家，除了一手她自誇做布鞋的手工之外，別的事情都不能動手。我們沒了主意向她請教時，她除了一臉笑容什麼話也不會說。但就是這一臉笑容使我們愛她，覺得她比任何人的母親都好。

大姊是父親有力的助手，抗戰十年中要沒有

她共同挑起家庭的擔子，幼妹們的求學是不可能的。她在省立師範教書的一段時間，五妹七妹都隨着她在師範讀書，九妹在師範附小讀書，她實際上分去了父親三分之一的肩荷。她侍奉父母非常孝順，對親友彬彬有禮，辦事十分能幹，姊妹中對她的話最信服。她是繼承父親氣質最多的一個人。

二姊是我家的一顆明珠。她長得和大姊一樣秀長，活潑，談吐和丰度也很大方；除此之外，她的面容却比我們姊妹中任何一個秀麗，她的裝束也非常入時。她的耐寒的功夫是驚人的，冬天只穿一件毛絨上衣，下身薄薄的單衫裏面只有一條薄薄的短褲。在那些小城市的破損的石街上，她穿上三寸高的皮鞋，依然健步如飛。她離開父母在內地服務六年，工作的收入僅夠她化裝之用，很少寄錢回家；有時甚至連書信也是稀少的。我們以為她有意中人了，不料勝利復員，依然一個人回家，但她的裝束却比以前更美麗了。

三姊是個典型的賢妻良母，九妹幾乎是她一個人撫養大的，她在家的日子多，家庭工作件件俱能。生性靜默，很難看到她的笑容，說話也是非常簡短，不肯批評別人的錯處。只有一次她說過男人討厭的話，以後她也沒有再說。她現在一個審計機關裏當小職員，時常有錢寄家，雖然她的收入是微小得很。

我是父母的第四個女兒，也是離開母家的唯一的人。兩年前我在外鄉墮入情網，結婚了。父親對我的婚事搖搖頭，母親却笑嘻嘻地應允。我現在不能常常回家，但這個歡愉的大家庭給我的回憶，却愈益顯明。

五妹有點傻氣，年紀已經二十五歲，頑皮和固執有如五歲的孩子，她和九妹玩得很好，有時爲了一件小事不惜和孩子們打架。去年她師範畢業，在一個鄉村小學裏教書。天天和小朋友一起生活，我想她將能長久保持她的天真。

六妹小時多病，資質也不大聰明，讀書不多，久就停學了。父母親不大喜愛她，姊妹們遊玩時也不歡迎她加入。她現在做些家庭雜務，却往往出力反不討好。我很爲她擔憂，在父母百年之後，姊妹們如果陸續出嫁，六妹這個無獨立能力的女子將依往何處呢！

七妹生得健康秀麗，曾經有不少親友來說親。父親第一句話總是：『女婿難找啊，現在青年人太靠不住！』媒人轉問母親，母親笑着說不管。她心裏想：『我捨不得七妹，何況五妹也沒有出嫁！』七妹今年師範也畢業，她和藹的態度可使她成爲孩子們的好教師。

父親現在還需培植的女兒是八妹和九妹。八妹明年高中可以畢業，因爲她能幹聰敏，通達世故，父母特別愛她，決定讓她畢業後升學。九妹去年剛進初中，只要父母健在，她也可以有受高等教育的機會。

寒暑假中我家爲一種歡愉熱鬧的氣氛所籠罩。父親休假了，大姊、五妹、七妹、八妹、九妹都從學校回家，我也趁這機會回家去看父母姊妹

。大姊有一個形影不離的女友，隨她到我家遊玩，七妹、八妹也把她們要好的女同學請來過年。那時滿屋子都是床舖，滿屋子洋溢着女孩子的美聲。母親更是笑口常開，招呼這個招呼那個。她生性非常好客，客人多總是歡迎的，但她從來不想到廚房裏沒有菜，床舖上沒有被。開飯時，小客堂裏爲兩張飯桌擠得走頭無路，桌上擠滿十六七個女孩子，雖然沒有菜，大家依然吃得很高興。兩張桌上唯一的男性就是我六十三歲的父親。

我們姊妹中幾乎不談男女婚姻之事。我對於大姊有些敬畏，不敢去問她不結婚的原因。二姊從內地回來，說是她身心都疲倦了，要在家休養一時；究竟她在內地有些什麼遭遇，我也不便去問。三姊是不肯說話的，五妹又是小孩子脾氣。七妹八妹只是志高氣揚談着她們的求學前途。父親決不自動爲女兒提婚，別人來說媒却總是考慮不決。母親是喜歡熱鬧的，看着女兒只是笑啊！她從不會自動地計算廚房裏的柴米，更不會去計劃女兒的婚姻了。

我却有點替姊妹們擔憂：她們是不是將和大姊走同一的道路呢？我不敢說父母有意防止女兒們結婚，但在中國這個家族社會裏，沒有子媳的老人的境遇是可憐的。父母顯然很滿意目前家中的盛況；大姊彷彿是他們的長子，幼妹也不妨認作孫男，女兒們對雙親的侍應體貼是超過外來的媳婦的。假使姊妹們個個都離親遠嫁，老人們不會像現在那麼快活足了。大姊雖然交遊很廣，但從不會爲姊妹們提親或鼓勵她們作正當的交際，我猜她的心境和父親是一樣的。她是我家候補家長，很希望這個大家庭維持不散；她曾經像培

植自己的兒女一樣扶育幼妹們生長，她在晚年必須有所取償。二姊的心境如何不得而知，三姊顯然已經決定留在這大家庭中了。

姊妹們在父母姊妹的暗示之下養成一種心理：自負甚高，對婚姻冷淡，對男人輕視。只有六妹是願意結婚的，但她在家庭中顯得最灰暗，別人來說親都不提到她，她自己又無交際能力。她的前途是最可悲的。

結婚不一定比獨身好，這是事實，我有時非常羨慕姊妹們的自由清靜。但與衆不同的獨身生活總有點違反自然。我在三姊的性情舉動上看出她是不愉快的。大姊彷彿心靈上有所寄托，她負起家庭的擔子，交遊很廣，她並不覺得寂寞。但如果我的那些姊妹們也守獨身，她們都沒有大姊樣的教育程度，工作能力，也沒有衆多的朋友和廣闊的心境，她們是不會快樂的。

時光過得真快，八妹也有二十歲了。如果她們不留心自己，很容易錯過結婚機會。目前我的家庭是快樂的，但我疑慮：姊妹們的幸福是否會被這種浮面的無知的快樂所犧牲呢？

利用破襪子 自芳

我們所穿的襪子，襪頭和襪跟部份，因全身重心所寄，很容易破損，而這兩處一破，襪子就不能再穿了；但足中腰部份和襪統大都是完好的，把它一齊丟了很可惜，我有一個利用它的方法：法將破線襪翻轉，依着羅紋把破損的部份剪去，然後找出線頭，把它一邊抽，一邊繞成線球。積得相當多了，便可把好幾支線合併在一起，以之編織小孩子的衣、褲、襪子之類，頗爲經穿易洗。它雖沒有像絨線那樣溫暖，但春秋天氣穿着很是相宜，姊妹們何妨一試，也是廢物利用的一端呢。



美國的女書記們 劉師尙

——美國通訊

我現在開始坐辦公桌了。

我們這個部門，同事一共七位，可是女書記倒用了六個。傳達，接線，抄寫，速記，打字，收發，歸檔，以及種種整理工作和零星事務，統統由女書記們包辦。女書記的工作雖有種種，然而最普遍和最主要的工作却在打字。所以女書記的主要工具是打字機，而較高級的職員的主要工具是電話機。只要有一具電話機，和全美國的任何一個角落都可通話，而且還可越過國境通到加拿大。忙碌一點的職員，整天生活在電話機的旁邊。通一次電話，可以繼續說話說到兩三小時以上。有些事情，就在電話上決定了。若通話的目的是爲了對方，尤其是長途電話，那便老實不客氣請對方出通話費。當然，事前電話局要徵求對方同意，若對方無異議時這筆賬就落在他的頭上了。有些大公司一年的通話費往往要開銷到幾十萬幾百萬美金。普通機關都裝有分機，自己雇有接線生。不但對外用電話，即在同一個辦公處爲了少跑幾步路或少爬幾層樓也都藉電話機作爲傳達的主要工具。有人來接洽事情，省得門房遞名片跑進跑出，門口的女書記通一個電話就解決了。

每天早晨女書記們先到辦公室。等你到辦公

室時，你的女書記早已把一切辦公的準備工作做舒齊了，連你的寫字檯也都抹得乾乾淨淨地。機靈一點的女書記，非但辦公室內一般的刻板工作用不着你分心，她還可以分担一些重要的工作，幫着提醒你許多事情，所以有人稱呼女書記爲「辦公室的太太」，或白天的太太，但又有別於家中的太太，或晚上的太太。

從女書記可以看到美國女人獨立生活的一面。通常一個女孩子打從中學或大學畢了業，她便離開家庭獨自生活，找一個適當的工作自己維持。女書記是一種，而且是最普遍的一種工作。有些女孩子，脫離了父母的懷抱，到另外一個城市去找工作，衣食住種種問題都待自己設法解決。父母疼愛的或家庭富裕的便多帶出幾套衣裳，到辦公室裏天天變換花樣。家庭較差的便比較苦些。我們辦公室內一個管收發的女孩子，初來時臉上青一塊紫一塊，穿着也不像樣子。眼看着她臉上施粉抹胭脂，加添新衣裳，體重也慢慢地增加起來了。女孩子跟男孩子一樣，開始工作後如果仍舊住在家里，還得分攤食宿各項費用。

各機關選用女書記，據說與姿色很有關係，但是實際上關係並不太大。先決條件還是要看本

領，因爲女書記並不是花瓶，不過也不能醜得太怪，討人厭。女書記做錯了事，做上司的照樣要說她一頓。她也便老老實實，承認自己的過錯，却不見她撒嬌啼哭的。管總務的人對女書記管得很嚴，往往不許她們在辦公室內抽煙，不許她們爲了自己的私事和外界接電話。又如每天早晨在規定的時間必定要到辦公室，否則遲到了便要受警告，或扣薪水等。我們辦公室的女書記們聚會次數最多的地方是女廁所，她們常常藉故或在休息的時間跑進女廁所吸一枝香煙過過癮，遇到熟人時談談天。忙裏偷閒，也是女書記生活的樂趣之一。

做女書記與年齡倒很有關係。女書記沒有結婚的佔大多數，太太較少，老太婆絕對沒有。通常要辦一個女書記已婚未婚，那是很簡單的。凡是活潑潑的都是未婚的。已經結婚的女書記則一本正經，絕不跟你搭訕胡調。一般女孩子往往脫離了家庭，做幾年事，嫁給一個能够負擔家庭費用的丈夫，她便用不着再工作了。有些年輕的女書記，一下辦公便急急忙忙離開辦公室，因爲她們的男朋友或未婚夫早已在什麼地方等着她們了。通常在規定的時間以外做額外時間的工作的，鐘點覺比較規定的要多一半或一倍，但是她們往往不大願意接受，因爲大半下班以後要赴男朋友約的會。即在辦公時間，她們常常在較空暇的時候把她們的男朋友的照片和禮物搬出來給你看，表示她們心中的快活。有些女書記結婚以後仍舊做她的女書記，拿收入來貼補家用。有時她的丈夫並不太窮，然而她想自己稱心地花錢，婚後仍然找點工作做做。因此有些太太們把錢胡亂地花

掉的也有。當夫婦感情不融洽時，隨時可以離婚。離婚以後的女人，再回到辦公室，等到相當時期，找到一個合意的男人，便又結婚了。

女書記的待遇通常每週三十元至五十元，合計每月一百元以上至二百元左右。她們伙食費花得極省，早飯晚飯自己在家裏做，午飯隨便到『自助餐館』或『藥房』吃一個三明治 (Sandwich) 夾心麵包) 或漢堡包 (Hamburger 夾肉圓麵包) 渴一杯咖啡，兩三角錢就解決了。有些女書記早晨上辦公，把家中做好的簡單的午餐帶到辦公室，到時候從抽屜裏拿出來吃，那更經濟了。美國規矩男女出去吃喝玩要，女的是照例不管付賬那一回事的。所以女人自己的錢特別經用些，她們可以在大部份的收入用在穿着上面。所以她們離開家庭以後做幾個月事便弄得很像樣了。每天吃午飯的時間，和每個星期六的白天，你可以看到許多女孩子進進出出地忙着進店舖子。花錢的方法當然各有不同，有些女孩子積蓄了一筆相當的款子，到了假期，尤其是暑期，邀合一羣女孩子，或者和她的家庭，或者和她的男朋友到名勝的地方去玩玩。在紐約的女孩子們往往喜歡把她們的暑期消磨在避暑勝地。

血壓的高低 小仲

血壓的高低，與量血壓時的環境和心情都有關係。叫一個女病人脫了衣服量血壓時，一定比穿着衣服時高。醫生正正經經很嚴肅地替病人量時，一定比說說笑笑很隨便地量高。如果希望血壓正常，最重要的是少憂慮，少思想。如果出一道煩雜的算術題給一個人做，這人身上的血管，就會立刻收縮，讓血液大量擠到腦子裏去派用場，因此血壓就高了。



中國丈夫

Olga Lee 著 畢或譯

李歐麗閣

威勒欽氏說過：

『既然女人應盡一種責任，當然男人也要盡一種責任。男人必須像樹的枝葉與表皮，要於暴風雨的激怒中保護她們，嚴寒的冬季掩蓋她們，衰老的暮年伺候她們。』

不論那一個女孩子，她要是對於智力的工作發生興趣，喜歡讀書研究，有藝術的偏好，或者她冀求一種她自己的以及家庭的事業，那麼她應該嫁給一個中國人，因為中國人比任何別的國家的人都能尊重一個聰明而自立的妻子。一個妻子只是管家婆是不能選得一個中國丈夫的靑睞，這種工作僱用一個僕人就能料理的，但是一個能夠為她自己思索，運用她堅毅的志願的女人，不僅做了一個好妻子，更對於家族姓氏的光榮會有重大的貢獻。

一個中國男人不僅在選中他的妻子時，顯示他對於一個女人的尊敬，同樣在他的日常生活裏也顯示了這點。有一天在課間休息的時候，我津津有味地聽聽教務長和一位教授的談話。教務長告訴我們他的妻子有點不舒服。陳教授插進來說：『我給你唯一的忠告是減輕你太太的工作。你應當在早晨早點起來預備早餐。這種事情你不能够完全依賴着僕役，僕役們對於這樣的服侍沒有需要的同情心。各方面你都要設法幫助你太太，因為不要忘記，我們男人沒有女人是什麼事也做

不成的。一個女人生育孩子，在家庭裏忙碌，教育孩子，小小心的不浪費一點東西。我們要是高興，她就竭力的來安慰我們。在艱苦的時候，她站在我們身邊，幫助我們從事於生活的戰鬥。我們幸運，她就愉快。因此，這是我們的責任，照顧她的健康，驅走她生活裏一切不愉快的事。

屋子裏別的人都齊聲附和，而且一一的發表自己的意見。『對女人應當像愛自己的生命一樣寶貴。她要是悲傷，必要使她快樂。她要是做錯了事，必得原諒她。若是她沒有受過教育，我們男人應該有耐性的來教育她，我們以自身為表率，給她樹立良好的模範。』他們都同意這樣的說法：一個女人是同男人一樣，而且在許多方面她似乎優於男人，就像中國有句古語：『男人明白，女人比男人還明白。』

因為我是其間的唯一女人，所以我沒有參加他們的談話。在這裏所有的人，除了兩個人在西洋各國住過，沒有一個人是基督徒。但是他們的普通知識告訴他們女人在我們人類的社會裏是一個非常重要的單位。

中國歷史啓迪了我們，在古時，兩性之間沒有任何的軒輊差別。女人永遠是家庭裏的核心，男人是公共生活的核心。中國人永遠保存着在家庭裏最重要的人員是女人的制度。有教養的中國

人總是鄭重的認爲男人要比女人更謙遜。教丈夫對待他的妻子要相敬如賓。過份的親密認爲是不智的。丈夫與妻子相互之間必須客客氣氣。他們必須體恤且避免傷害對方的感情。爲了避免任何的誤會，他們必在說話之先加以思索。在古代的中國，女人也參加公共的生活。至於以後女人自這種生活裏退出，並不是由於男人認爲她們不配做這種工作，而只是爲了防她不愉快，因爲男人們不是總體恤和有禮貌的，於是她們退回到她們的家裏，在家裏她們要充當一個非常重要的位置，做家庭裏的母親。但這絕沒有男女不平等的歧視，不過是一種自然的差異和區分而已。

王教授是六個孩子的父親，三個上大學，三個上中學。每學期只學費一項就很可觀。戰爭和通貨膨脹使王教授的生活非常艱苦。他戰前有五個僕人的生活是烟消雲散了。他大部份的財產都在戰爭中損失。——現在每天早晨，他都是五點鐘起床，預備家裏人的早餐。可能的話，他把午飯也預備好。然後他把早餐送到躺在床上的妻子面前，她在這裏是比別人起得稍晚一點。她於是分發洋車錢和電車錢，因爲她是管理家庭的財政。王教授這才去大學講授功課。他午間回來時，他再燒午飯。他的孩子們整天在學校裏，沒有太多的時間爲家庭做打雜的事情，只有在晚上他們才能幫幫他們的父母。在白天，妻子要收拾屋子，洗濯，縫紉，出去買東西等等。她的工作是被全家交口稱讚。在中國認爲非常豪華的牛奶是只給這位妻子吃。每人都敬仰這位支持了一個六個孩子的家的女人，每人都認爲丈夫在他的能力之內做一切的事情，來減輕他妻子的担負，跟稱讚

他的妻子一樣是很自然的。

我與一個大學的校長以及他的妻子做了二十多年的朋友。他年歲很輕的時候，他的父母給他娶了一個比他年長幾歲的女子。這女子沒上過學校，也不對讀書感到興趣。她長的一點也不好看，並且還是纏足。但她是一個管家的好手，攜帶着五個孩子。現在她有兩個兒媳婦和一羣孫子。她丈夫從不過問她管家的事。他給她置備了一所房子和田地，讓她取租子用，她願意怎樣用就可以怎樣用。現在孩子都長大成人，她有了更多的閒暇。她喜歡說長道短，而且都帶有嫉妒成分。她不許她的丈夫同年輕的女人和姑娘交談。他要向她詳細的報告他的起居行止和在什麼地方消磨他的閒暇時間。倘若她不同意，她就像一個地地道道的村婦一樣的罵起來。但她的丈夫總是默不作聲。有一次我問他怎能忍受這樣的對待。他却回答道：「她是一個善良而聰明的女人。她沒有上過學，不識一個字。因此她對於心理學一點也不懂。她不知道怎樣對待一個丈夫。但這不是她的錯。我不能改變她；我只能忍耐，一聲不發，寬恕她這種缺點。我絕不會同她離婚，因爲我要是那樣做了，不僅對她是錯誤和殘酷的，就是對於給我選了她的我的父母也是錯誤和殘酷的。」無論如何，這個聰明人不會是作如此想法的唯一的中國丈夫吧！有無數的男人是像他一樣的公正，聰明而和藹的。

在中國很少聽到虐待妻子的事情。倘若妻子在這方面有所申訴，那可能她的是婆婆。丈夫自己通常的放縱和尊重一個好

的妻子。他總記在腦子裏是由於她的幫忙，他才能創立一份家——而在中國，家永遠是比個人重要的。

若是一個女人給她丈夫生育了兒女，那麼丈夫要對她尊敬備至，因爲這是最重要的。倘若妻子是一個好的母親，小的缺點根本算不得一回事，甚至於有了大的錯失，也可以被寬恕。

我們常聽到一個中國人沒有兒子就要納妾。但那是花錢而又找麻煩的事。我遇見一個只有一位女兒的中國人，雖然他妻子爲了延續香烟鼓勵他納妾，他却不肯這樣做。這樣的人都覺得納妾是不對的，且對於他們的妻子是不敬的。一個中國女人有很大的尊嚴，這尊嚴對她丈夫是很珍貴的，因此他很少使她丟臉。他慷慨的給予她所應有的。

總而言之，中國女人和中國的妻子常常先受一點別人的挾制，但她們年歲漸長，就越來越自主。一個有了年紀而能幹的女人可以發揮一種巨大的影響在家庭裏，在社會裏，而且她的丈夫絕不會搶奪她這種位置。他永遠是聽話的，體貼的，尊重的。他知道得很清楚，沒有女人世界是不存在的。而比過去他認識得更真切，一個受過教育的女人不僅輝煌了他的家族，也可以幫助國家富強。





上海的托兒所

上海兒童福利促進會社區組幹事 馬彬 李石君

托兒所在中國是新興的社會福利事業，戰時後方的兒童事業曾盛極一時，即成都一地就有十三個托兒所。勝利後紛紛復員，上海工廠、機關驟增，人口日多，於是托兒所應運而生的需要，陸續設立，迄三十六年十一月為止，計有十四所之多，連勝利前所成立的六所，共計二十所。但就收容兒童人數（總計不逾千餘人）而論，衡以上海四百五十萬人口，距實際需要還是太遠，亟待擴充及增設。上海兒童福利促進會曾於去年舉辦有關上海兒童福利的社會調查，托兒事業亦在調查之列，下面即為二十個托兒所現況的綜合報導。

成立時期——以天主教育嬰堂及滬江大學滬東公社勞工托兒所最早，成立於十五六年之前。次為慕爾堂嬰兒院，成立於民國二十六年。成立於三十二年及三十四年上半年者，有陸新小學托兒所，上海女青年會托兒所及高氏托兒所。餘均成立於勝利之後。

服務對象——各托兒所服務勞工者最多，計有六所；服務職業婦女及一般社會者各四所，餘為本校職工，空軍家屬，貧苦及問題家庭服務者。尚有一托兒所，係小兒科醫師藉以試驗改善撫養方法者。

寄託時間——日間寄託者共計九所；日夜寄託者七所（其中三所係分別為日夜班工作的勞工婦女服務者，即日間寄託係為日班女工服務，而夜間寄託係為夜班女工服務，故實際上亦屬半托性質）。兼有日間及日夜寄託者四所。

兒童年齡——各所兒童的收容年齡不一，除專收嬰兒一月至一歲的五所以外，以二歲至五歲及二歲至六歲者最多。各所收容兒童的最高年齡為六歲，四歲以上者列入幼稚組，約與幼稚園生年齡相同。

分組方法——各托兒所以兒童年齡分組者最多

，計有十所，就中依年齡分為二組者有八所。僅收容嬰兒者多不分組。工廠托兒所則因女工的工作時間而分日夜組。依兒童心智能力分組者，祇有滬江大學滬東公社的勞工托兒所。

房屋及遊戲場——各所房屋大小不一，以有三間至五間的為最多，有的托兒所沒有專用的廚房和廁所。至於有遊戲場的，在十三個收容二歲以上兒童的托兒所中，祇有九所，而在此九所中，遊戲場的面積足以容許兒童自由活動的，祇有二、三所而已。

醫藥健康設備與措施——各所於兒童入所前都有體格檢查。體高、體重的測量，除中紡所屬的十六、十七廠兩托兒所外，其餘均按月舉行。至於醫藥用品，中紡所屬上述兩所皆與廠方同一醫務室；上海實驗民衆學校附屬職工托兒所則與學校共用；設備完全者有三所；簡單者十所；無設備者一所。各所無專任醫師，多兼任或盡義務。有專任護士的祇有八所。

經費來源——上海所有的二十個托兒所都是私立的。它們的經濟來源主要是兒童的繳費，與有關機關的補助，以及向外募捐。

工作人員及訓練工作——工作人員包括主任，教師，保育員及護士，其人數通常應與兒童人數成適當比例，但因經費拮据，多數托兒所祇有三四個工作人員。

為造就保育專業的工作人員起見，女青年會托兒所舉辦保姆訓練班，公共衛生訓練班。幼兒康保健院亦曾設有兒童護士訓練班。

困難及問題——各托兒所都兼有各種困難與問題，因此很多托兒所辦理未能完善，但在如此困難情形下仍能勉力維持，已非易事了。至一般所共有的困難為

經費拮据，所址狹小，房屋擁擠，缺乏教材，玩具急待補充，及缺乏師資等，而醫藥營養品的不足尤為普遍的現象。

上海托兒所各區分佈情形：

區路虹楊榆、普江靜、盧徐新新大共
名四口浦林陀寧安灣匯成涇場計

目數 三一三一三一三一三一三一三一

一千元食物中所含的蛋白質及脂肪

食物		動物	
單位	市價(元)	單位	市價(元)
豆腐	一塊約	雞蛋	一個
綠豆芽	一斤	豬肝	一斤
四季豆	一斤	豬肉	一斤
油豆腐	二兩	雞肉	一斤
花生米	一斤	牛肉	一斤
豆腐乾	一塊約	牛肝	一斤
黃豆芽	一斤	魚	一斤
紅豆	一斤		
發芽豆	一斤		
千張	三張約		
黃豆	一斤		

一九四七年十一月上海兒童福利促進會技術組製
(編者按：成人每日約需蛋白質六十至七十公分，脂肪一百分之公。)

上海托兒所一覽表 (三十六年十一月為止)

名	地址	址	寄托種類	兒童人數	負責人	電話	全托	半托	備註
(一) 上海女青年會托兒所	威海衛路六三八號	日間	夜間	一二〇	王友竹	三七六三三	六十萬元	三十萬元	
(二) 上海實驗民衆學校托兒所	膠州路六〇一號	日間	夜間	一〇六	王靜君	三五〇三〇轉		五萬元	
(三) 上海幼幼托兒所	溧陽路一七四號	日間	夜間	八〇	葉叔珂	〇二一六三三	三十萬元	十六萬元	
(四) 中紡公司第十七廠托兒所(註)	楊樹浦路二八六六號	日間	夜間	七二	褚承俊	五一四五八			免費
(五) 中紡公司第十六廠托兒所(註)	蘭州路七三九號	日間	夜間	六七	朱仙舫	五〇五〇二			免費
(六) 上海職業婦女托兒所	江灣路三四〇弄三號	日間	夜間	一二	徐靜之	〇二一六三三	四十萬元	二十一萬元	一次先收三個月費用計六十四萬五千元，自帶午餐之兒童收費八萬元
(七) 上海托兒所	金神父路一一四號	日間	夜間	七〇	王佩珍	七四四四四	四十四萬元	二十六萬元	免費
(八) 中紡公司第七廠托兒所(註)	長壽路七四八號	日間	夜間	四〇	曹晉芳	二二七八六			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(九) 空軍供應司令部子弟學校第二部附屬托兒所	其美路平昌街子弟學校	日間	夜間	四六	朱茂琴	〇二一六三三			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十) 上海幼兒康健院	東寶興路一七三弄十號	日間	夜間	三〇	惲伯琴	〇二一六三三			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十一) 滬江大學滬東公社職工托兒所	楊樹浦路一五〇九號	日間	夜間	三〇	趙培珍	五二二〇七			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十二) 陸新小學托兒所	林森西路五五號	日間	夜間	四〇	鐘琴	七四八七七轉			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十三) 慕爾堂嬰兒院	西藏路三一六號慕爾堂	日間	夜間	一〇〇	章香蓮	九〇〇五四			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十四) 上海女青年會勞工托兒所	榆林路七八三弄十八號	日間	夜間	二四	王友竹	五二四七四			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十五) 益友托兒所	鳳陽路三七六弄六三號	日間	夜間	二一	邵慧芬	三三九六〇			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十六) 天主教教育嬰堂	汝林路二九六號	日間	夜間	一四	Madame Barrend	七〇七八九			該隊人員子弟收六萬，非該隊人員子弟廿萬，該所暫停。
(十七) 高氏托兒所	靜安寺路一〇二五弄六號	日間	夜間	八	高文炳	三七一〇五	五十萬元		無定數，視兒童家庭狀況酌收。
(十八) 大場農村托兒所	大場餘慶橋	日間	夜間	五五	李名英				無定數，視兒童家庭狀況酌收。
(十九) 申新九廠托兒所	澳門路一四號	日間	夜間	三〇	孫健初	三九八九〇			無定數，視兒童家庭狀況酌收。
(二十) 聯合勤務總司令部上海被服總廠附設托兒所	江寧路四三三號	日間	夜間	四〇	周濟文	三二〇二六			無定數，視兒童家庭狀況酌收。

(註) 該三所係服務勞工婦女，因勞工婦女分日夜班工作，故白日寄托係爲日間工作之勞工婦女服務，夜間寄托係爲值夜班之勞工婦女服務，實際上仍屬半托性質。



維生素種種

中華營養促進會 周德勤
上海分會

維生素 (Vitamin) 這個名詞，是一九三三年方克氏 (Casimir Funk) 開始採用的。而所謂維生素，就是指食物中的某種成分而言，含量雖少，但可以影響身體的新陳代謝；如果缺乏，健康立受威脅。這個定義是很籠統的。直到一九三〇年，維生素的研究才大為進步。近年來關於維生素的濃縮，分離，精製，生理作用，分子構造以及合成，都有顯著的成績。並且還發現了許多新的維生素。

維生素若以溶解度來分，可分為脂溶性與水溶性兩種。維生素 A、D、E、K 都是脂溶性的。維生素 B 族，C，P 是水溶性的。

維生素 A——維生素 A 與身體的上皮細胞的組織有關。上皮細胞組成了表皮，黏膜等組織；淚腺及消化腺等也由它演化而來。如果維生素 A 缺乏，上皮細胞角化 (Keratinization) 而影響呼吸，泌尿，消化系統的抵抗力。

維生素 A 對於眼睛除影響淚腺，缺乏時易生乾眼病外，又是組成視紫色 (Visual purple) 的分子。這個色素是網膜用來適應光線強弱的，在光線強烈時，此色素即被破壞，而光線黯淡時立刻恢復。若維生素 A 缺乏時，由明亮處走入黯淡處，此視紫色不能立即恢復，而在黃昏的時候，眼睛不能看清東西——這就是所謂夜盲現象。維生素 A 又能影響生殖系統及牙齒珞瑯質。

缺乏維生素 A 時，生殖作用減低，牙齒不健全。身體可貯藏多餘的維生素 A，肝內貯藏量較富。富於維生素的食物有魚肝油，肝，腎臟，雞蛋等。植物體內沒有維生素 A，但是有一種胡蘿蔔素 (Carotene) 可以在動物體內變成維生素 A。胡蘿蔔等紅黃色菜蔬以及綠葉菜蔬中都很多胡蘿蔔素。

維生素 D——維生素 D 的功用是幫助身體吸收，利用，及保留磷與鈣，因此而調節血中磷與鈣的濃度。膳食中磷與鈣不夠時，維生素 D 可以一方面增進吸收的能力，一方面減低排泄量，而維持磷與鈣正常濃度，使骨骼有正常的發展。維生素 D 缺乏時，血液中磷與鈣的濃度減低，因而影響骨骼牙齒的健全。在兒童時期如果缺乏維生素 D，易生軟骨病，而有頭蓋骨不易縫合，學走時期遲緩，足膝向內或向外翻，雞胸等現象。食物中富含維生素 D 的很少，只有魚肝油是最豐富的來源。蛋黃、全乳，肝內也有少許。皮膚內的膽固醇素，經過太陽光中紫外線照射可變成維生素 D。天朗氣清時，才有充足的紫外線。紫外線不能透過衣服，玻璃等，所以必須直接照射方能有效。

維生素 E——據試驗結果，維生素 E 可以影響白鼠生殖作用。維生素 E 缺乏時，可以影響胎盤的生成，使胎兒不能與子宮相連。雌鼠生

殖能力受損害，永不能恢復。維生素 E 對於人類的作用現尚不能十分確定，或許習慣性的流產與它的缺少有關。維生素 E 分佈甚廣，米麥胚乳，棉子中含量很富。菜蔬如生菜，白菜 (黃芽菜)，牛乳，瘦肉，蛋黃中也有。

維生素 K——維生素 K 缺乏時，血液不易凝結，消化道內有膽汁時，它才能被身體所吸收。黃疸病患者因為膽汁缺乏，影響維生素 K 的吸收，所以動用手術時，血液不易凝結，應先注射維生素 K，以防血流不止。初生嬰兒斷臍帶時，亦易有流血不止的危險，為預防此弊起見，應當給予初生嬰兒或孕婦足量的維生素 K。綠葉菜蔬都有維生素 K，以苜蓿 (草頭或稱金花菜) 中最多。肝，蛋黃中也有多量。

維生素 B 族——維生素 B 族像一個複雜的家庭，現在已經確知的份子有維生素 B₁ (Thiamin)，維生素 B₂ (Riboflavin)，菸鹼酸 (Niacin, nicotinic acid)，泛酸 (Pantothenic acid)，維生素 B₆ (Pyridoxine)，P-aminobenzoic acid，Inositol，活素或維生素 H (Biotin)，Choline，葉酸 (Folic acid)。

維生素 B₁ 關係細胞呼吸，消化，心臟機能，神經的健全。又能調節炭水化合物的新陳代謝。人類若缺乏維生素 B₁ 時，神經情緒都受影響。輕微缺乏時可引起食慾不振，易感疲倦，胃腸失調，肌肉衰弱，手足麻木而疼痛，心臟循環失常，體重減輕，水腫，呼吸急促等現象。嚴重時可致多發性神經炎，腳氣病，神經痛，水腫，肌肉不能合作，心臟擴大。

體內貯藏維生素 B₁ 能力很小，所以每日應

當有足量的供給，維生素 B₁ 需要量與熱力需要量成正比。富含維生素 B₁ 的食物為酵母，糙糧，米麥胚乳，瘦豬肉，硬菓，豆，牛奶，雞蛋，洋山芋等。對乾熱頗穩定，但烹調或作罐頭時，容易受破壞。

維生素 B₂ 關係組織氧化，因為他與一種呼吸酵素有關。這種酵素作用與血色素相似，負責血色素少的組織如角膜等處的氧化還元作用。若維生素 B₂ 缺乏時，身體為彌補缺陷起見，使平常血色素少的組織而發生充血的現象。

缺乏維生素 B₂ 時易生唇炎，口，舌，唇部色紅而裂開。鼻耳窩處脫屑，眼疼而怕光，角膜充血。

維生素 B₂ 在自然界分佈甚廣，肝，腎，心臟，牛奶，乳酪，雞蛋，魚，酵母，糙糧，花生，豆類中含量都很多。

菸鹼酸有預防治療癩皮病的功效。它與組織呼吸作用及炭水化合物的新陳代謝有關。菸鹼酸若缺乏時，易患三 D 性的癩皮病，即具有癩狂 (dementia)，腹瀉 (diarrhea) 及皮炎 (dermatitis) 現象的癩皮病。即精神方面感覺紊亂，昏迷，記憶不良，易幻覺而有壓抑感。皮炎為對稱性者，暴露於陽光下部分如兩頰兩足兩手部更為嚴重。

肝，酵母，腎，瘦肉，雞蛋，花生，咖啡，綠葉菜蔬中菸鹼酸含量都很豐富。

Pantothenic acid 是一種有機酸，對熱不穩定。如果缺乏時，可使雞牛皮炎，鼠狐毛變灰，但對於人類抗灰髮的功用尚不能確定。在癩皮病患者，腳氣病患者，及維生素 B₂ 缺乏者的血

液中，Pantothenic acid 的含量常比普通入較少。有人以為它有影響人類利用其他 B 族維生素的功用。它的分佈很廣，差不多所有的食物中都有，蛋黃，肝，腎，酵母，牛奶，糠，瘦肉，菜花，捲心菜，洋山芋，蕃茄，玉米，黃瓜，豌豆中很多。

P-aminobenzoic acid 有抗 sulfanilamide 的作用，與色素新陳代謝有關。但對於人類的作用尚不能確定。有人以為或能幫助其他維生素的利用。酵母，米糠，整麥，胚乳，糖漿中含量很多。

Biotin 即維生素 H，與脂肪新陳代謝有關，若白鼠膳食中含量過多時，肝中膽固醇素與脂肪的量加多，如果缺乏，皮膚不易健全。肝，腎，雞蛋，蔬菜，五穀，硬菓，牛奶，酵母內很多。

Choline 是磷脂組織的一份子，有調節脂肪與磷脂轉變的功能。可預防並治療脂肪肝或肝臟硬化。肝，心臟，腎，腦，蛋黃，舌，酵母，魚，水菓，五穀，牛奶，硬菓，菜蔬中均含有。

維生素 B₆ 與不飽和脂肪酸的利用和蛋白質的新陳代謝有關，可預防白鼠某種皮膚病及狗的貧血症，但對人的關係尚不能確定。有人用以治療神經肌肉的疾病及孕婦嘔吐惡心的現象。蛋黃，麥胚乳，酵母，肝，腎，肉，牛乳，豆，整穀中甚多。雖能抗熱，但易被光所破壞。

Mositol 能預防白鼠毛髮的脫落，並可以刺激胃腸活動，及脂肪新陳代謝。酵母，整穀，牛奶，肉，硬菓，蔬菜中均含有，是一種頗為穩定的化合物。

葉酸——葉酸能助白血球，紅血球，血色

素的增加，可以治療巨血球型的貧血病，如惡性貧血，營養性巨血球型貧血癩皮病貧血，即為營養性巨血球型貧血。葉酸在自然界分佈甚廣，如肝，酵母，五穀，魚，雞蛋，骨髓，菠菜中含甚多。牛奶若以微生物來作測量含量甚少，但用以飼白鼠時，白鼠並無缺乏現象，白鼠或可利用牛奶中某種成分而製造葉酸。

維生素 C——維生素 C 關係產生細胞間質的能力，如果缺乏，細胞間的結合脆弱，微血管易於破裂，而生壞血病。又能影響牙齒構造，如果缺乏，牙齒象牙質質地不良，牙肉易流血。傷口以及骨折後的痊癒能力，和身體抵抗細菌的能力都和它有關。

維生素 C 存在於新鮮蔬菜水菓中，尤以酸味水菓 (Citrus Fruit) 如檸檬，橘，柚，橙，香檳，楊梅為最多。蕃茄中也豐富。它非常容易破壞，貯藏、乾燥、烹調，都可以使它受損失。但在自然酸性中較易保存。人體不能貯藏多餘的維生素 C，所以每天應有足量的供給。

維生素 P——維生素 P 關係微血管的滲透壓力，如果缺乏，也可能引起皮下流血現象。直到今日，維生素還是一個初開墾的園地，還需要多多研究，多多努力。也許還有許多維生素還沒有被人類所發現，也許已經確定的維生素還有許多方面如性質，功用等還有待於補充修正。我們不能肯定的說，如果把現在已知的精純營養素按照規定的標準配合起來，就可以保持人體的健康。因為現在營養科學並沒有到盡善盡美的地步。但是我們可以從食物中取得我們所要的東西——包括已知的和未知的營養素。我們要選擇食物得當，才能保持我們的健康。



無法解決的問題 杜陵

我的小哥哥

提起我那個小哥哥，他真是我命中的魔蝎！到現在兒女成行，他還給我找無限的瑣碎麻煩。

說他是新人物麼，他又頭腦封建，思想陳腐；他向來認爲女子只配治內，不配過問家庭以外事。他在主管某機關的合作社時，上上下下快百個工作人員，就不見有一個女性。雖然備受攻擊，但始終不改，堅持了六七年。這就是一個例子。說他是個舊人物麼，他又不甘寂寞，風流自賞，老替我找麻煩。認爲我的忠告，都是十八世紀的封建思想，時時在朋輩面前把我諷笑。

他長得可真魁梧，只一個快一尺長的長方臉蛋兒，就比常人不同。因此朱洪武或墨索里尼，成了他的渾號。脾氣，在兄弟姊妹行中，算是最好，但也最不負責任。托他的事，答應了就算，難得有一個結果。平日最愛擺龍門陣，常識很豐富，只是專說無稽之談，却因此得到無數的朋友擁戴。可是看到女人，便閉口結舌，輕易不打個招呼。好像跟女人是世仇似的，理由是：女人頭腦簡單，眼光幼稚，言論可笑，不屑與言。

在年青時，到十八九歲還找不到一個對象。惹起母親的憂慮，托了人屢次提出許多世交姊妹，給他選擇。他，不是討厭這個胖，就是那個瘦，更好笑的說出：『要叫某人——他的好友——作大舅子，那是多丟人的事』的怪話來推託。那時候，我正在中學畢業，來往我家裏的同學很多

。母親高高興興的招待，想從那些人內裏找一個媳婦。然而，他却沒一個看得上眼。尤其是素跟德，他批評得很刻薄。說素活像一個船艙，因爲皮膚像黑炭。德簡直是癆病鬼，因爲她臉色慘白。其實素與德都是多才多藝，聰明活潑的小姐。

樣子雖不算漂亮，但素那雙又圓又大又黑的眼睛，是怪醉人的。記得是商團之役吧，只一晚工夫，那些沒紀律的軍隊，把我家所開設的宇號，全給無情的火燒光。母親正在鄉裏收租，得到消息，氣急到不得了。更想到家裏中落了，害怕小兒子再討不到好老婆；於是再不徵求他同意，用速戰速決手腕，定了鄰村一個世家女。爲的世家禮數多，架子大，思想頑固，女孩子是未見過，只憑媒人——是一個遠房親戚——作保就算。他在知道後，雖以不知道新人面目爲憾，但并不提出反對，也沒向旁人囉嗦過。他是默認的了。之後，花樣來了，向來不入他眼的『船艙』——素，剛巧死了老娘，漸漸惹起他的憐愛。在我回鄉一個短時期內，兩人突然打的火熱般似。素的家庭環境不好，虛榮嗜利的老父，時時在轉她念頭，想在她身上發一筆大財。事情讓我們知道，爭着替她介紹朋友。結果她選中了一個年青體面而富有的華僑，她自己認爲滿意的。也剛訂過婚。——爲了哥跟她忘形的熱戀，在各處娛樂場所和郊外，給人發現了。無情的批評和責難，漸漸集

中到我身上。同時，家裏也看不過他倆惹眼的行動，開始是工人們囁囁耳語，跟着愛管閒事的大嫂向我發動攻勢，姊妹們也給我警告，終於母親大怒，把我找去痛罵一頓，再不准我在家招待素了。內外集中攻擊我的理由，是素跟哥都已定了婚，不應再有此舉動。我是他們的媒介，所以我應負責任！只是素呢，輿論與她是無干，我的勸告是多餘，是破壞。不惜從中挑撥我兄妹感情。我這個倒霉妹妹，纏夾在二者之中，天天爲這事來受痛苦，痛苦得差點要自殺。幸而，職業找到，雖在還有四天便過年的日子，我像脫桎梏似的離去這苦惱局面，再不作那三面靶子。二年後，女的先嫁，男的亦娶，女的且抱兒子了，雙方家庭情感濃厚。我才抹去額上的汗，透一口氣。

也許上帝看到我生活得太輕鬆，本之『苦其心志』的原則下，在二十多年後的今日，姪輩已亭亭長成，哥哥又給我再來點麻煩。昔年給他起渾號癆病鬼的德，因爲流離蜀道，平日享受舒適，過不得大後方的苦生活。做小公務員的丈夫，又不負家庭責任。拖男帶女，死累着老父，因此無時無日不在吵鬧中討生活。找到我，便當跑到我家來訴苦。一時夫來，一時妻至，弄得我家裏沒一刻空，也感到太囉嗦了。我跟嫂子女都不住在重慶的家裏，這個家，住的只是小哥哥跟兩個朋友。日子一長，不知怎樣，德便變成我們重慶的家底主人。我要回家的話，鑰匙便要向她索取。在她把鑰匙交給我時，她一點也不臉紅，我覺得很奇怪，同時也覺得一肚子氣。於是流言傳來了，先是哥哥的同事，繼而是我的同事。大家都懷疑我哥哥討了新姨太。不久，嫂嫂一把鼻涕，

一把眼淚，跑到我處哭訴。說她跟孩子們病得要死，哥哥不問不理。常常星期六晚不回家。平日配發的日用品漸漸減少送家，要買，家裏錢又扣得特別緊。人家說，爲了德的父親後事，德的生病，德兒女的生病，哥哥已花得復可觀，人證物證都有。現在連堅——哥哥最喜歡的女兒——也討厭了，常常躲着她，不肯帶她外出。……起初人家警告多次，但她不肯相信，爲的德是我的朋友。——聽說後，我只有瞪着眼睛說不出話！

我會盡力向雙方勸解，甚至單獨跟德談過。哥跟德的答復，他倆是純友誼關係，我思想太落伍了，不應以世俗眼光來正視着他們。倘若我一定要誤解誤認，那他也絕不申辯更正。德的理由更充足，說要是指實她們在談戀愛，二十年前有很好機會，何必又在君已婚妾已嫁的今日？

公說公有理，婆說婆有理，一般理直氣壯。只是從三十一年到現在，由重慶到南京，德永遠像一個幽魂，帶着三個兒女——她父親死後已離婚——總糾纏在我哥哥左右。嫂嫂是無時無刻不在找機會向我細訴她內心的痛苦。我這個倒靈的妹妹，又復版二十年前的故事，纏夾在三者之中，天天爲這不大不小的事情來痛苦！

看到嫂嫂本來不胖的臉兒，一天天瘦削下去，雖然見人還是有說有笑，但從她眼睛裏，看出正燃燒的無窮苦惱的焰光。姪輩呢，因爲媽媽精神分散了，沒心思來照料，都是無心念書，年年的學校報告，有一半是及格或留級。家庭的前途，真是一片黯淡！看不出光明，找不出溫暖！我想不出辦法來解決這問題，只有請教於『家』的編者和讀者替我解答。



摩登小姐四忌 茜紫

我聽到一些先生們談論小姐們的話，可以分做幾派來說：

(一) 掘金派——有些小姐往往故意在男朋友約她出遊時，上百貨公司購買手帕、襪子、香粉、口紅等，代她付賬時嬌聲說：『不行！不好意思！』却又遲遲不打開自己的錢包。如果她知道那一個有事到什麼地方去，菜單式的購物單又來了。她的計劃很少碰壁，得意洋洋的穿了天下頂便宜的玻璃襪子和花綠的衣料，她不想一回家誠意饋贈禮物時，是不需要她做嚮導帶上百貨公司，也不需要下備忘錄然後奉上的。

(二) 貪吃派——別說小姐是一律的有『胃病』，有些是少數的例外，只要是請她吃東西，便當是千載一時的機會，選擇最昂貴的食品大嚼特嚼，做成一種餓鬼式的貪吃相。雖然他們許多是富豪，準備金很多，但他是公務員或學生，她也不體貼他的經濟力。他們說在冰室看過：一位先生陪着兩位小姐，先生喝一杯熱牛奶，小姐特別開胃，吃了冰淇淋，汽水，西餅，又要冰藏芒果和荔枝。那位先生急得臉紅耳赤，欲罷不能。

(三) 小氣派——是自作多情的常要翻醋波，看別人比她漂亮也生氣，尤其對『他』的女友，不是故作親熱口若懸河的熱得可怕的敷衍，就是放冷箭刺人，好像要來一場決鬥。使『他』

『的女友啼笑皆非，『他』則手足無措。『同性相斥』的場合最令人頭痛了，也是最傷朋友的感情。小氣派的喝乾醋的小姐，却不自覺自己的損失！

(四) 賣弄派——對男朋友說：『奇怪！那個人老是看着我！』『真氣人！有什麼好看呢。』或是由上週照的一張相片，說到沖洗了一打兩打都給朋友搶光。請她看電影便來一套：『我在××早已看過了，記不清楚說什麼的，總之是許久以前，唉！現在才輪到這裏放映！』週末打算旅行，問她到那裏好？她那裏都不說好，都說玩厭了。她是個忙人，今天爸爸請客要她招待，明天表哥由××來，要到飛機場迎接，後天，大後天，她的節目單永遠填得滿滿的。但他多央求幾句，她也可以不理爸爸撇開表哥奉陪。

我聽了先生們的談論，我不當作吹毛求疵的誹謗。不知大家記不記得本刊發刊詞有這樣的幾句話：『……社交，戀愛，擇偶，婚姻，與性的教育，也是今日中國青年所最急切需要的。在這方面，我們希望能夠有所貢獻。』所以我勇於將這些異性對我們一部分姐妹的評語寫出來，希望所有的姐妹們都能認識自己，都能了解別人，都能愉快地踏上正當的社交之途！

★定閱本刊有優待，
按期八折發書快！



聖誕前後 後蘊

是深秋了，客廳的窗上已換了暗紅色厚厚的窗幕，茶几上花瓶中的插花，也由鮮紅的月季，換上了金黃的菊花，沙發上白的椅套，早已脫去了，而現出了本來紫紅色的面目，秋的氣氛充滿了這大小適中的客廳。韻蘭——這房屋的女主人——斜倚在長沙發上，手裏編織着一件水紅色的絨線衣，不知是怕太嬌艷的水紅絨線弄髒的緣故呢，還是怕染污了他身上的天藍絨長袍，漆上鋪了一塊雪白的方帕。絨線衣已經編了一半了，這是為她未滿週歲的女兒海倫做的，預備在聖誕節的夜晚，家中開舞會時給海倫穿。

對於聖誕節，韻蘭有着特殊的愛嗜，這是她認為最神聖，愉快的節日，這種想法，自然多少是受了中小學時在教會學校讀書的渲染。可是最主要的還是因為兩年以前的聖誕，是她和士傑結婚的日子，去年聖誕後三天又生了海倫，所以她準備今年一定要過一個愉快的聖誕節。這是夏天乘涼的時候，她就和士傑商討過，如何籌備一個盛大的晚會，請他們的朋友，同事來團聚一個晚上。想不到兩個月以後勝利突然降臨了。在舉國歡騰中。士傑因為是空軍中的隊長，被派到京滬去做接收工作，但是眷屬暫時不能同行。在歡慶之餘，韻蘭多少感到一些掃興。直到士傑臨行前，還囑咐韻蘭好好的準備一切，聖誕之前，他一定會趕回來的。

韻蘭一行又一行的編織着絨線衣，陽光由西

邊窗中射入，照在牆壁上；乳黃色的牆上，掛着他們的結婚照片，那是用銀邊鏡框刊好的，士傑整齊的空軍軍服，顯得那麼英俊，韻蘭穿的白軟緞禮服，透明的白紗，臉上有着些微的笑意，顯得那麼嫵媚，嬌羞。這張照片是他們結婚時所拍的。大家公認最滿意的一張，所以把它放大了，掛在客廳裏。另外的一面牆上，是韻蘭自己的單身照，離現在已有五六年了，那還是在學校讀書時拍的。短短的頭髮，白色的硬領制服，是護士學校學生的特色，在這張照片中，看得出少女的恬靜和光彩。在佈置新居時，他們夫婦爲這張照片議論了很久，韻蘭要放在臥房裏，士傑却要掛在客廳中，因為這是當他們戀愛開始的時候，韻蘭送給士傑的第一張照片。有着這層重大的紀念意義，所以還是掛在客廳裏。

說起他們的戀愛，是很羅曼蒂克的。開始的時候，韻蘭還在貴陽的護士學校讀書，士傑隨隊出發，路過貴陽的時候，得了嚴重的闌尾炎，在醫生施行過手術以後，就住在韻蘭實習的病房裏了。那時很多的護士小姐中，獨有韻蘭是河北人。爲了同鄉的關係，他們很談得來，接觸的機會比較多。所以在士傑出院以後，他們會有過友誼的通信。後來因爲士傑的地址常常移動，信件慢慢的稀疏而斷了。韻蘭畢業後被徵調到蘭州去，在人人地生疏的蘭州，他們又不期而遇了。在寂寞荒蕪的城市中，友情是溫暖可貴的。半年多的

相聚，使他們友誼迅速的生長着，很快的進入了相戀的階段。等士傑奉命調回成都以後，韻蘭勉強的等到徵調期滿，也趕到成都的一個醫院中工作。就在那年的聖誕，他們終於結婚了。

婚後他們還是分別工作着，一直到海倫出世。韻蘭爲了心痛孩子，士傑的收入又足以維持優裕的生活，所以才放棄了工作。起初她還覺得家居生活的無聊和不慣，日子久了，反而覺得工作的繁重，家居是多麼悠閒舒適，因此再也沒有想出去工作的興緻。在閑得無聊的時候，也只想約幾個朋友來玩玩橋牌，或是計劃計劃什麼茶會舞會之類的事。

★

★

門鈴響了，韻蘭可以斷定不會是郵差來，下午郵差已經來過了。今天雖沒有士傑的信，郵差也決不會爲士傑的信另跑一趟。那麼是誰按鈴呢？大概是送晚報的吧！對了！該是晚報來的時候了。她懶懶地，沒有動，聽見佣人的開門聲。又想到海倫午睡了很久還沒有醒，預備走進臥房去看看，女佣人趙媽走了進來。

「太太，有客！」

「誰？」

「陳小姐，沒有來過的，說是要見太太。」

「陳小姐？」韻蘭一時想不起是誰。「請進來吧！」趙媽出去，引進來一位胖胖的穿藍單衫的小姐。

「小陳！原來是你呀！」韻蘭上前去一把拉住她。

「怎麼樣？空軍太太，想不到我會來吧？」小陳還是用那付調皮學生相來取笑韻蘭。

「別開玩笑呀！快告訴我你怎麼來的！」

小陳簡明的述說着他怎麼樣參加紅十字會的軍護工作，到滇緬路去了一年多，回來以後又在重慶做了一年，因為對現實總感不滿，才又自動請求調到西北去，做醫護的開荒工作。那邊的工作很有趣，也極需要，已經工作了一年多，事情也稍有頭緒。這次抗戰勝利了，很多人都拋棄了那邊的工作，往下江跑，所以他們感到了人荒事重。這次她請了假預備回重慶去看看她那將得復員的父母和兄妹，順便看看蓉、渝一帶有沒有願意去蘭州工作的人，好約幾個一起去蘭州工作。

「可惜我在蘭州時，你還沒有來，否則多一個同學也熱鬧些！」韻蘭聽她報告完了經過才說。

「沒有我也够熱鬧的了，那時候你正在熱戀中呀！」小陳一邊說一邊做怪相，韻蘭輕輕的打她的頭說：

「真是天性難移，你還是這麼孩子氣，我倒做了孩子的媽媽了！」這句話提醒了小陳。

「對啦！怎麼不請你的先生和千金出來見見呀！」

「士傑到上海去一個多月了，海倫在睡午覺，半天了，還沒醒，走！我們去看看她！」韻蘭挽了小陳，輕輕走進海倫的臥房。這是專為孩子睡眠和玩耍的地方，小小的有欄桿的鐵床，裏面鋪着雪白的床單和粉紅的絨氈，海倫半側臥着，睡得很香甜，一支小手放在臉邊枕上，另一支手伸出被外。也許是蓋得太厚了，小臉已像鮮蘋果一樣的紅潤。韻蘭輕輕的把氈子拉下一點，海倫扭了扭身子，又睡了。小陳吐了吐舌頭，做了一

個鬼臉，看了看小桌子上放着的洋娃娃小鬼子之類的玩具，又看看牆上掛的貓呀！狗呀！孩子們玩的畫片，就悄悄的退了出來。

小陳被韻蘭留著吃了晚飯。飯後趙媽抱了海倫出去玩，韻蘭一邊削着蘋果——那是士傑請人由上海帶來的烟台蘋果——一邊和小陳閑談着。

「小陳！你現在有沒有男朋友？」韻蘭問。

「沒有！」簡短的回答。

「說真的！士傑很多的同學同事，都要我替他們介紹女朋友，要是你願意，那天你來參加我們的舞會，由你自己選擇一個，好不好？」

「怎麼？你是要給我做媒呀！謝謝你的好意，哈哈，交男朋友，跳舞，我還沒有這個興趣。至於結婚，我更不需要，我還想再過幾年無牽無掛對馬似的生活呢，一匹跑慣了的馬，為什麼要給自已加上羈繩呢？韻蘭，你現在生活很舒適，可是你自己說，這樣的日子，你是不是覺得很痛快，很有意義？像你從前做學生時所想像的一樣呢？」小陳一口氣的說個不停，像和人開辯論會似的。

「啊呀！好了好了！不要交朋友就不交朋友，何必長篇大論的說不完。小陳：你真還是那些老脾氣。」韻蘭不願談到自己的生活上，所以打斷了小陳的話，一面把削好的蘋果，遞給小陳，很快的又談到別的同學身上去。……

壁上的鐘，敲過了九點，小陳要去了。韻蘭送她到大門口，囑咐她由重慶回來時，再來玩玩，最好在聖誕晚上來。小陳答應着，車影在黑暗中消失了。韻蘭獨自走回房來，趙媽早已替她打

好了洗腳水，她却不想去洗，隨便的靠在沙發上遐想：想想小陳現在走了多遠了，由小陳又想起貴陽的學生生活，蘭州的風沙，天山的積雪，又想到現在的家，可愛的海倫，遠在上海的士傑！

她想得很多，想得很遠。趙媽進來，看看水已冷了，預備替她加點熱水，她却擺了擺手，叫趙媽端了出去。夜已深了，她興奮得沒有絲毫的睡意。後來她又想到今年的聖誕節，聖誕夜的舞會，士傑會如期的趕回來，想起她為這舞會所製的新衣，她閉上眼好像看見那夜的歡樂盛況，她感到滿意，臉上有了笑容。接着她想小陳那天不會來呢？又想起小陳剛才說的「一匹跑慣了的馬，為什麼要給自已加上羈繩呢？」心中有些不自在，多少有些感傷，但馬上她又想何必這樣自惱呢？她開亮了沙發邊茶几上的檯燈，順手拿起了哪拉無頭無尾的讀了下去。

★ ★

聖誕節漸漸的近了，才相差半個月，又只差十天了。天氣冷得多了，要是在北方一定會下雪的，可是在這溫暖的成都却不敢預言。韻蘭房中早已加了炭火，差不多每天她都要坐在火邊閱讀士傑的來信。這一個星期來，士傑天天都有信，甚至於一天兩封，內容多半是討論到舞會的籌備，例如花瓶中插那一種花呀！用那一種點心招待客人，以及客廳的佈置等等。韻蘭還叫士傑再帶些蘋果來，預備那天分贈給來客。士傑雖然不在家裏，可是這次舞會的任何一件事，韻蘭都已在信中和他討論過了。也幸虧如此，否則，這些日子韻蘭更會感到寂寞的。上週週末，士傑的朋友梁君來約她去參加一個週末的舞會，梁君是好意

，伊士傑不在家，她太寂寞了；可是韻蘭想，士傑不在，她去參加舞會，總無興趣。儘管梁君的舞技比士傑的高明得多，人也很懂禮貌，結果她以海倫無人招呼婉言的拒絕了梁君的約請。

二十三日，韻蘭已叫工人把客廳中笨重的傢具移了出去，壁上也換了新的油畫，房中放了一顆聖誕樹，上面裝了電燈和彩條……士傑來信說二十四日早由滬飛蓉，所以韻蘭想在士傑回來以前，把一切佈置妥當；等他回來，可以舒舒服服的休息休息，不必再慌亂了。中午，她正指揮工人把地氈捲起來的時候，一位生客來訪，那是她哥哥的同學王先生，最近要回北平去的。韻蘭的哥哥特別來信囑他來她處看看，問問有沒有什麼信件或是東西要帶回北平去。韻蘭因為忙着整理房子，沒有和王先生多談，王先生也很知趣的留下一張卡片，上面寫明了住址，並且說大概二十七、八日去北平，如有事可以通知他，就告辭走了。韻蘭把卡片放入了皮包內，繼續去整理她的房子。

次日早晨，天氣有些陰暗，韻蘭也許是昨天太累了，八點鐘才起牀。匆忙地梳洗了，就叫工人去買幾樣士傑愛吃的菜蔬，自己帶了海倫到航空公司去問，由滬來蓉的飛機何時到達。本來士傑可以坐自己司令部的飛機，但是因為要等到二十六日才有來蓉的，爲了時間來不及，怕趕不上聖誕，只好改乘客機了。韻蘭問過說是要到下午四五點鐘才能到達，因為漢口重慶都要上下客人，要耽誤些時間，韻蘭只好先回家去。午飯她吃不下，不知是跑累了，還是興奮過度，只胡亂的吃了一碗就算了。飯後她在房中踱來踱去，非常

煩躁，不時的抬頭看看壁上的鐘，可是針走得真慢，像停了一樣。她覺得今天怎麼這麼長，像一月一年那麼老過不完。最後她叫趙媽把海倫抱到房中來玩，好叫時間快點混過去。好容易挨到了下午三點半，她再也不高興等了，披上大衣，就乘車到了航空公司辦事處去。匆匆忙忙的跑進了辦公室，問辦事人，由滬來蓉的飛機，是不是快到了。辦事人告訴他，剛才接到機場的電話，說重慶來電說因爲漢口天氣轉變，該機由漢起飛後未能順利的向重慶飛行，也許因爲氣候惡劣，又飛回去了。這只是一種猜想，實在情況要等漢口來電才知道。韻蘭聽了這話，像一個晴天霹靂，打在她的頭上，兩腿發軟。她摸着一張椅子，坐了下來，半天才說出一句話：『你想會不會發生意外呢？』

辦事人說：『這很難說，大概不會吧！你請坐等一會，要是飛機到了，機場有車把客人送來這裏，否則等會也會有電話來。』

韻蘭不再開口，無可奈何的坐着，辦事員遞給她一張當天的日報，她無心的翻閱着，時間在等待中過去了。一張報紙上的大字小字韻蘭幾乎統統的看過了，她正預備到外邊去走走，電話鈴響了，有人在接電話，和那邊問答。結果是該機未抵重慶，也未返漢，情況不明。韻蘭當時感到心慌頭重，辦事員看她情形不對，走過來勸她先回去，明天再來打聽消息好了。她搖了搖頭，無力的靠在椅子上。

★ 航空公司的車子把韻蘭送回家來，已是滿城火燈的時候了。客廳裏等着的幾位客人，原是陪

備給士傑接風的，他們正覺得士傑夫婦遲遲不歸，一定是順便去買什麼東西去了，等到韻蘭獨自的回來，臉上充滿着懊喪的神情，使他們感到了驚異。梁君首先問：『士傑呢？』韻蘭情不自禁的悲泣起來，客人們都很詫異。經韻蘭訴着飛機情況不明，說不定會有甚麼意外時，大家極力的安慰着，叫她安心的休息，等明天再去打聽。客人去了，韻蘭正欲坐着出神，梁君又折了回來，他重複又誠懇的勸慰韻蘭，叫他向好處想，不要太苦惱自己，明日清晨他就來爲他打聽消息。韻蘭禮貌的謝謝他，並表示就要休息了。梁君才告辭去了。

韻蘭才起牀，趙媽就說：『梁先生來過了，因爲你沒有起，所以沒敢驚動你。梁先生說他去通知各處，今晚請客改日子，然後去公司，等會再到這裏來。』韻蘭點點頭，心中想梁倒是個又仔細，又熱心的人。趙媽擺好早飯，梁君來了，說已去過航空公司，他們也還沒有確實的消息，今天的晚會所請的客人，他已托了兩位同事去分頭通知，暫時停止，等士傑有了消息再說。

時間在沉默中渡過了，韻蘭一天也沒開口，不是坐在椅子上發默，就是在室中蹣跚着嘆氣。梁君整天都沒有離去，有時抱着海倫玩玩，或是知趣的靜靜地坐在一邊，韻蘭不講話，他也不來打擾她，偶然有什麼人來，或是有什麼不關緊要的事，沒等韻蘭示意，梁君就替她打發去了。這一天中，派人去了航空公司三趟，打聽消息，回來的結果都是『沒有確實的消息。』在這種情形之下，韻蘭急躁異常。梁君總是勸她安靜一點，空急是沒有用的。到了下午，趙媽送進晚報來，

韻蘭接了過來，翻開了新聞版，首先看見：

『××航空公司滬蓉班機，昨在漢口附近失事，乘客二十餘人全體罹難無一生還，失事原因正調查中。』的新聞。她勉強的鎮靜着去看乘客名單，當她發現了士傑的名字時，她覺得天昏地黑，隨着她失去了知覺。

當韻蘭清醒時，她已被移在臥房牀上，身上蓋了一牀絨氈。她睜開眼睛，看見梁君坐在床旁的椅子上，趙媽端了茶杯站在床邊。她再閉上眼睛，想起剛才在客廳中，在晚報上看見士傑罹難的消息，她伏在枕上痛哭。儘管梁君在一邊勸慰，她也不能制止這無底的悲哀。外邊天色漸漸暗了下來，趙媽開了燈。這是聖誕夜呀！韻蘭心酸欲碎，她想起了士傑以往的一切和這無辜的犧牲，她痛恨咀咒自己為什麼要過聖誕，開舞會，白白的斷送了士傑的性命。想到這裏，淚水聯珠似的滾了出來。房中除了韻蘭的悲泣以外，隱約可以聽見海倫在外邊的哭鬧聲。韻蘭叫趙媽把孩子抱了來，海倫見了媽媽就不哭了。韻蘭看見海倫穿了一身粉紅色絨絨衣，心中更感到難過。梁君由趙媽手中接過海倫來，乘機說：『海倫叫媽媽！』海倫沒有叫，却笑了。

『對了！韻蘭！』梁君親切地說：『你就是不為自己想，也該為海倫想想吧！這意外的事，有什麼辦法呢？還是休息休息，商量商量以後的事吧！』

『這突來的事，叫我怎麼辦呢？唉！我真不能想以後的日子，可憐的海倫，不到一歲就沒了父親。』韻蘭說着，哭了起來。

『別哭了，有什麼困難事，我們做朋友的自

然要幫忙的，你還是安靜的休息吧！』

梁君去後，韻蘭躺在床上，苦苦的思索，怎樣處理士傑的善後，怎樣維持以後的生活。自己不是不能獨立的人，出去找個工作，把海倫撫養大了……可是海倫還不到一歲，自己現在出去工作，把她交給誰呢？交給趙媽，以自己的收入不能支持這個家，顧不顧得起佣人呢？再說海倫從來沒有離開過媽媽呀！……要是不做事，生活又怎麼解決呢？再婚嗎？梁君不錯，只要自己願意，大概沒什麼問題，可是對得起死去的士傑嗎？朋友間會給我如何的批評呢？……她越想越亂，千頭萬緒，不知怎麼辦的。最後她想還是先打兩個電報，一個給士傑的家裏，告訴他們士傑罹難的消息，另一個打給她在北平的哥哥，告訴他這不幸的遭遇，請他們同情她，讓她回北平去暫住，慢慢的再計劃以後的事。她想到這裏，心中稍感到安適，於是昏沉沉的睡去。遠處教堂中傳來了報喜訊的歌聲，聖誕的時刻近了。

清晨，韻蘭換上了銀灰色的袍子，臂上圍了青紗，髮邊戴上了白絨線做的小花，白淨的臉上，沒有絲毫脂粉的裝飾，更顯出她的淒涼和嚴肅。她把才理好的電稿塞入皮包內，囑咐趙媽好好的招呼海倫，正預備出去，梁君迎了進來。

『怎麼，韻蘭！你要出去嗎？』

『是的，我想去打兩個電報！』她說着，把電稿拿出遞給梁君。

『何必自己去，叫個人去打好了，要是你放不下心，我去替你打好不好！』梁君一邊說着，一邊讀完了電稿。『什麼？你要回北平去？為什麼要回北平去？成都不好嗎？就是要回去也不必這

樣急呀！』

『我仔細的想過了，這是我最好的一條路。我想回北平去暫時住在哥哥家，等海倫大一點，我再出去工作，哥哥嫂嫂經濟雖不寬裕，總不會連飯也不管，再說回北平總比在外邊飄盪好得多，最少也安心一些。』

梁君有些失意，『我沒有想到你會這樣決定，而且這樣快。韻蘭！成都不好嗎？你這樣毅然走了，對成都就沒有絲毫的留戀嗎？』

『成都當然不錯，可是我不能再留在這裏。這個家，這裏的人，事，都隨時會引起我的感傷。我和士傑共同創立了這個家不過兩年，現在他去了，留下我和海倫這個可憐蟲。』韻蘭說着，眼淚又流了下來，她轉過臉去拭乾了眼淚。『再說我在成都住下去，生活也成了問題，所以我想還是回北平的好！』

『生活有什麼問題，我和士傑的幾個好朋友，都可以給你幫忙的，難道我們還會凍餓着你和海倫嗎？』

『這當然是你的好意，可是我……』

『好了！先不要說一定，你不要再仔細的想想，令兄這封電報遲一兩天發出，也沒關係。韻蘭！請你相信我！我是士傑多年的同學、同事，在什麼情形之下，我總會顧及你的。暫時留下來，等辦過了士傑的後事再從長計劃吧！現在我先去把這封給士傑家中的電報拍出去再說。』梁君匆匆的走了出去，韻蘭把皮包放在几上，自己燃起了一支香烟。

門鈴響了，韻蘭以為梁君折了回來，聽聽說話又不像。趙媽開了房門，小陳三步併兩步的走

了進來。

「韻蘭！要不是汽車拋了錨，我一定趕上昨晚的聖誕晚會了。昨天累了吧？怎麼……」小陳像連珠砲似的說了起來，等看到韻蘭的神情不對才住了口。

「怎麼，韻蘭，你不舒服嗎？」小陳看她清瘦了一些，所以問。韻蘭含淚搖了搖頭。「怎麼啦？你說呀！」韻蘭忍不住哭出聲來，像孩子見了親人一樣的傷心，弄得小陳莫明其妙，後來還是趙媽說出了原委。

「呀！出了這事，哭有什麼用呀！抬起頭來，擦乾了眼淚，告訴我，你現在打算怎麼辦。」

「我打算帶着海倫回到哥哥家裏去。」

「我好像記得你從前和我說過，你的嫂嫂和你不大合的來，是不是？——那麼你這打算決定了沒有呢？」

「剛才我正預備打個電報告訴哥哥，士傑的一個同事梁先生，勸我還是暫時留在成都，他說他們會幫忙我解決生活問題。」

「啊！梁先生，暫時解決生活問題。」小陳自言自語的想，又接着問韻蘭「以後怎麼辦呢？梁先生說了沒有？」

「他說以後再慢慢的想辦法。」

小陳想了一想，正正經經的說：「韻蘭！這不是一件小事，可以模模糊糊的混些時再說，現在應該有一個決定。回北平你哥哥處，他們對你怎麼樣是一個問題。你爲什麼有着自立的技能而去依賴他們呢？住在成都，自然有梁先生暫時給你幫忙，可是將來怎麼樣呢？我可以預料，不是他不管你，就是你變成了梁太太……」

「小陳！你別這樣想，人家是一番好意。」韻蘭不服的辯白着。

「好！就不是梁太太，也會是另一位同事的太太。韻蘭，你還想再做一次空軍太太嗎？」韻蘭低下頭去沒有回答。小陳繼續的說：「依我看，你還是早早離開成都去找個工作做做，一方面可以讓時間來沖淡你的感傷，使你的意志剛強起來，把你所學的再用一下，雖然不必唱爲國爲民的高調，最少你可以再過過自立的生活，不要儘守在享樂的漩渦中。輾轉剛剛斷了，爲什麼馬上又加上一條呢？」

「可是海倫怎麼辦呢？」做母親的總忘不了孩子。

「哦！海倫怎麼辦？」小陳忽略了這個問題，她想了一下，「把她暫時寄養在那裏，等你工作了決定再來接他。」

「我的工作很容易找嗎？」韻蘭還是沒有自信心。

「和我到蘭州去，我們那邊又添了五十張病床，很需要人，尤其是外科。你可以去管外科病房，我替你向主任介紹，十分之八九是沒有問題的。同時我們醫院明年也要辦托兒所，收容工人員的孩子，等到成立了，海倫也可以接到蘭州去，你覺得怎樣？」韻蘭聽她這一說，彷彿已經看見自己在病房中工作的情形，心中開朗了不少。接着她們對安置海倫的方法又商議了很久。最後韻蘭想起了明後天將要去北平的王先生，決定請他把海倫先帶去北平，等他們到了蘭州，安定以後再去接海倫。

事情有了決定，韻蘭反而安靜了。她仔細的

寫了一封長信給她的哥哥，述說她不幸的遭遇和現況，要求她的兄嫂暫時收留她的女兒，她將按月的匯錢去，作爲孩子的生活費。信寫好了，她替海倫理了一隻小箱子，把海倫送到王先生處。正好王太太也去北平，韻蘭再三的拜托他們夫婦，並且請轉達她哥哥，明年四五月間就去接海倫。韻蘭也多給了家中女工趙媽一個月的工錢，叫她等韻蘭走了再另謀工作。事情草草的料理了，她和小陳走上了旅程。

二十八日，梁君接到了一封簡短的信，內容是：「梁先生，經過了多次的考慮，我終於決定離開成都了，這是我的新生活的開始，也是我唯一應走的路。你留我在成都的好意，我只有心領了，正因為你是士傑的至友，我才不願無辜的拖累你。士傑的後事，我拜托你了。房中的傢具和地氈等物，請你代賣了，作爲士傑安葬之用。你所給我的幫助，我將終生感激。臨行匆匆，不及面辭，敬祝新年愉快，身心健康，韻蘭留於蓉。二十七日晚。」

在川陝公路上的長途汽車中，韻蘭和小陳並坐着，汽車顛簸得厲害。小陳手上的一本雜誌，一個字也看不清。一張卡片由雜誌中滑了出來，韻蘭拾起，看見上面有「恭祝聖誕並賀年禧」的字樣。小陳用手接了過去，因爲車聲太響，她伏在韻蘭的肩上說：「這是我在重慶臨行前，我的小妹送給我的，她說祝我聖誕愉快，沒想到聖誕夜，汽車在半路拋了錨。」提起聖誕，韻蘭一陣心酸，等小陳想到時，她的眼淚已落在臉上。小陳推推她，示意不要引起同車的人的注意，同時指指車窗外，新年的瑞雪在天空中飄舞。韻蘭的眼淚前展開了一片遼闊的新異的白銀世界。

粵菜烹調法 (續)

吳慧貞

准杞燉雞——准山、杞子兩種植物有健脾胃、生血益體之功，用以配製佳餚，適口而滋補。但准山須擇潔白鮮明，杞子須擇鮮紅大粒者才佳。用肥姑雞一隻，去毛洗淨抹乾水份，以鹽花擦勻晾爽，然後將雞原隻放入瓦盅，再放准杞在上，加糯米酒一盅，約浸至面為度，即將瓦盅蓋緊，以文火燉至爛熟，味清甜而香美。

鮮栗燉雞——鮮栗燉雞製法平常，大概多用姑雞，取其嫩滑，但燉製須火力足而濃厚，故最好用隔雞。因隔雞肉豐實而膏厚，腴美而耐咀嚼，製法先將雞斬件，用猪油、鹽花擦勻，下油鍋炸至呈黃色起（雞膏勿下油鍋炸），然後用紹酒一杯，連同雞肉、雞膏放鍋內，加水約浸至雞面為度，燉至七八分熟，再將煮熟鮮栗剝壳去皮，及冬菇等加入，再燉至爛熟。臨上碗時再加些蠔油或豉油、麻油調味。栗肉切勿下鍋太早，以免落爛。也有不把雞肉油炸，而以蒜子蔥頭打茸放油鍋爆香，將雞肉炒透，再下酒水同燉，則另具一種風味。

涼瓜雞片——涼瓜就是苦瓜，在上文「涼瓜田雞」一文中已有詳述。涼瓜雞片必須用蒜子、豆豉或麵豉醬調味，方能顯其簡美；而雞肉以兩腿部分者最好，因其肉結實而爽滑，宜於用武

火炒食。製法先將雞腿肉去骨，橫切薄片，用熱油、豆粉、生豉油擦勻；苦瓜則切薄片，用鹽花擦去苦水，先行滾熟，去水擠乾，再用打爛蒜子下油鍋爆香，把苦瓜炒過，再用武火將雞片炒至八九分熟，隨下苦瓜同會。將起鑊時再加搗碎豆豉水（去渣）和些「蔥頭」滾勻上碟，味甚雋美爽口，如加冬筍、冬菇同會更好。

雞茸粟米——雞胸肉所含滋養料甚豐，但因組織關係，用火足則肉粗，不足則又嫌其韌，所以最好把這部分的肉作為雞茸。雞茸粟米的製法，取雞胸肉起皮斬細如醬，用些豆粉、猪油拌勻，隨加入上湯，調成稀薄糊狀，再取鮮粟米（即玉蜀黍）或罐頭粟米，下油鍋滾熟，即將爐火收至極慢，不可使湯滾起，或提鍋離火，然後將雞茸下鍋兜勻上碗，面上加些火腿茸，味極鮮甜可口。但烹煮時須注意火候，雞茸務以九分熟為度，過熟則不滑，入口粗糙，食味不佳。

鴛鴦巧合——這一味是雲腿拼雞的別名，多用於結婚筵席。製法先把淨瘦火腿用薑汁紹酒蒸熟，取起停冷，切成薄骨牌樣。又用肥姑雞以滾湯浸熟，取起停冷，起骨切片，將火腿一片併合雞肉一片，排開上碟，大約片數以每客二三片為宜。食時佐以芥末、浙醋，

或再加炸鬆馬鈴薯片同食，則更見甘香爽口。

風披錦圍 (即鳳入羅幃)

——風披錦圍是炸雞的別法，用此法炸成之雞香滑而不燥膩，比之普通炸法，風味不同。為名貴筵席中的佳饌。製法取肥肉雞起骨切片，將紹酒、頂豉油、蜜糖再加些五香粉和勻，把雞片放入，約醃漬至十分鐘後取起，再以貫川紙，裁成小方塊，用熱油浸濕，晾爽（半乾）舖開，取雞肉一塊，伴以浸透攪乾的冬菇兩隻放紙上包裹，即將紙口自行夾緊，勿使它散開，隨將整包雞放入油鍋，炸至紙轉黃色，取起用箆筒（即用鐵絲織成網狀之勺）隔乾，把整包雞肉上碟。另外每客備一小碟，以承包雞，由客自行解開取食。

水晶滑雞——取肥雞起骨切片，用雞蛋白和豆粉攪勻後，將雞片放入調勻，用滾水一滾取起，再以冬瓜、紅棗、紹酒和水蒸熟上碗，食時再加些麻油、生豉油，極甘香嫩滑之致，與放湯乾蒸，風味又自不同。

香蕪燉雞

——香蕪宜用姑雞。將去毛肥姑雞在背上切開，取出腸臟，用紹酒塗勻肚內，再用猪油擦勻雞外全身。配料用醃頭菜（正菜）一小款，冬瓜、紅棗少量，加油約一茶杯，下鍋慢火燉至爛熟，大約需時四五十分鐘即可。也有把雞切開兩部，取去腸臟，用鹽花擦雞肚裏後，實以冬瓜、肉絲、紅棗、金針菜等，再以油塗全身，加油下鍋

慢燉。但此法多嫌金針菜雞肉美味，不如用前法為佳。

脆皮油雞

——製脆皮油雞，必須選擇黃油肥姑雞，因膏豐肉嫩才能顯其軟滑；炸時更須將雞先行全身抹乾，吊起晾爽，其皮愈乾則愈脆。而火候宜用文火慢炸勤翻，至全身遍呈黃色起，斬開上碟備食。食時更宜乘熱，停冷則風味便差。上席時以葱白、堆鹽、橘汁蘸食，皮酥肉軟，韻味極佳。

核桃雞丁

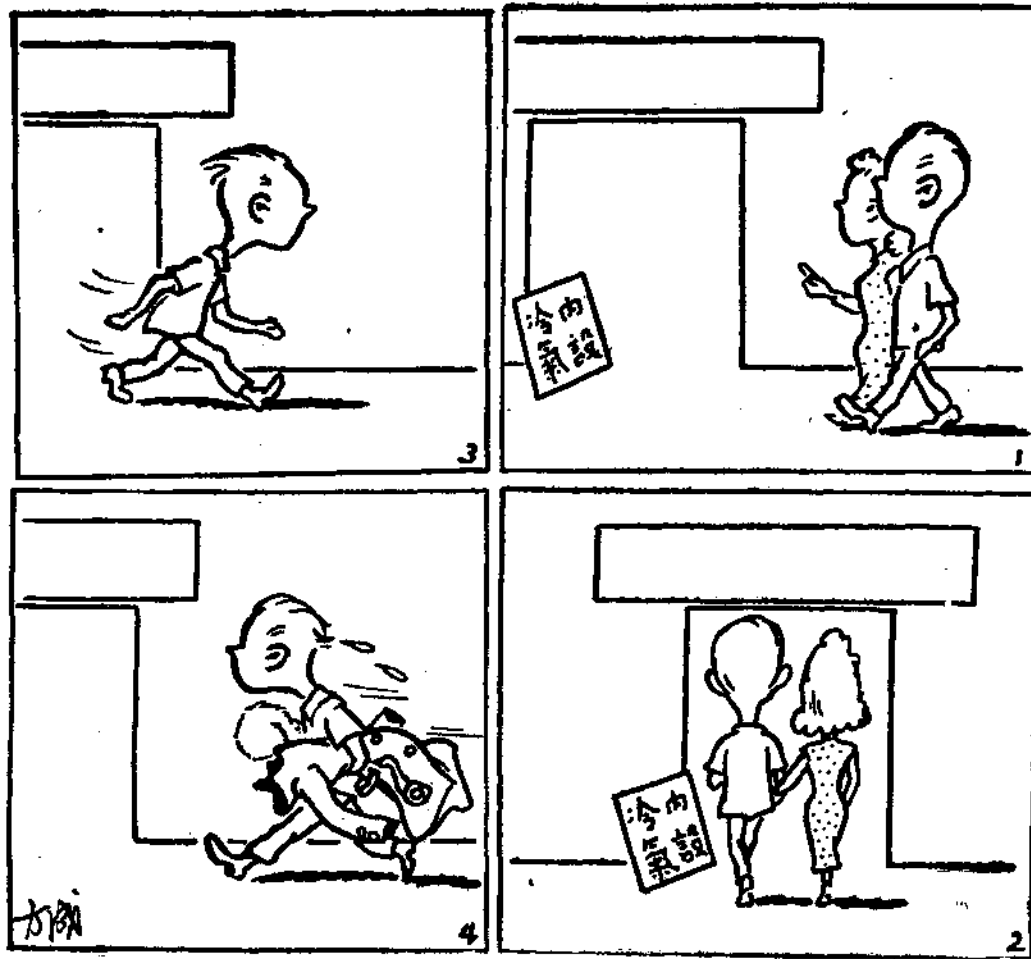
——核桃性滋補，配合雞丁製成饌餚，更是相得益彰。先把核桃打開去壳，用滾水泡去肉衣，晾乾後用油炸酥待用。再取肥雞肉切粒，用熱油、豆粉生豉油擦勻。配料用鮮草蕪或冬菇、冬筍，都切成小粒，先下鍋滾熟，隨加入葱白粒、核桃、雞丁，蓋上鍋蓋，俟有八分熟，即揭起鍋蓋，炒勻上碟。

蠔油雞絲

——蠔油以粵省中山縣出產者最美，以之調佐雞肉，風味奇佳。其法先將雞切成四件，下油鍋煎透，隨加水滾熟，取起拆肉。撕成絲狀，然後把冬菇、冬筍滾熟，再加葱白、蒜黃（即韭菜用瓦筒遮蓋，不曝日光，色黃而鮮嫩者）、蠔絲同會。臨上碟時再加蠔油、麻油調些薄「蔥頭」炒勻。

八塊香雞

——此味因將雞斬成八件烹製而得名。上席時以大匙每客各分一塊上小碗（家常由主婦分獻，酒家由女侍代分），既均勻而衛生，又可表示敬意，時下對於燕窩、魚翅及湯味多用此法。八塊香雞的製法，取肥姑雞斬為八件，用鹽花、粉豆少許擦勻，下油鍋炸透取起，用冷水泡去油膩，再用紹酒半斤，頂豉油一小杯盛於五絲中，隔水燉至爛熟，入口香滑味美。



小張的故事

冷不可當

方成作

The advertisement features a large, stylized title "本會與" (Our Association and) written diagonally across the center. In the top left corner, there is a circular logo depicting a white horse. To the right of the title, two packs of "THE GREYS" cigarettes are shown, one in a pack and one in a tin. The background is a dark, textured sky with a few birds flying. At the bottom, there is a dark horizontal band with the text "球全譽馳 品極中煙" (Worldwide reputation, top quality cigarettes).



天眞話

二哥，搖搖我吧！

我在三歲的時候，母親說，我能說很多小孩子所說的話。在一個夏天的中午，母親往廳房裏弄飯去了，把我丟在會客室裏。我抱着玩具躺在搖籃內。忽然二哥來到搖籃旁邊，停止了脚步，在逗着我。我向他說，「二哥，你搖搖我吧。」二哥不願意地說，「那爲甚麼？」我說：「待我長大了，你長細了，我不就可以搖搖你了嗎？」（武昌·張偉）

種下肚裏

小洪的哥哥誤吞下梅子的核，小洪高興地告訴媽媽說：「哥哥把梅子種下肚裏，他的頭上將長出一株梅樹，我們有梅子吃了。」（廣州·莫央）

原因

堅堅病了，靜靜地躺在床上。隔壁張家的小孩，忽然哭起來，他媽媽用他們的家鄉（廣東）話在安慰着。堅堅聽了半晌，恍然大悟似的對我說：「媽媽，我知道張弟弟爲什麼哭，他一定是不懂他媽媽的話。」（青島·智萊）

甜梨與爛梨

蘭蘭今年該是四歲了。一個月夜，爸爸牽着蘭蘭到街上去逛，到處有叫：「甜梨子甜甜不要錢。」蘭蘭問爸爸：「怎還有甚麼甜梨子？」爸爸說：「梨

有甜的有爛的。」蘭蘭又說：「爸爸，他們怎麼不叫爛梨子不要錢？」（開封·示田）

怕做新郎

一天，隣居某富翁娶媳婦，人山人海，爭先恐後，擁擠得很。忽然鑼鼓齊鳴，鞭炮轟轟，五歲的仁兒夾在人羣中，驚駭戰抖得趕快跑到房裏躲避。母親覺得奇怪，問他說：「仁，什麼事情呢？」他回答道：「媽媽，他們……他們會把我拉去做新郎啊！」（廈門鼓浪嶼·丘汜汀）

小馬桶

玲玲的媽有了三個會纏的孩子，最大的玲玲才只四歲，所以她決定把玲玲送到幼稚園去念書。一天中午，玲玲的媽，領了玲玲到學校裏去報名，先生告訴她說：「幼稚園裏的學生是隨到隨考的，不過先生們此刻在吃飯。」玲玲的媽帶了玲玲踏進膳堂，把來意告訴了先生們。一位年輕的女先生指着桌上的竹飯桶說：「小朋友，你知道這是什麼嗎？」玲玲毫不考慮地說：「這是小馬桶。」（上海·史蘊華）

沒吃晚飯

五歲的小寶常被他的寄母叫去吃晚飯。一天，他母親告訴他不要再去吃。第

金城銀行

禮券

餽贈最宜
人人歡迎

羅氏

品 鼎

PANTEEN

第一發明含
維他命
生髮水

持久必能成功

PANTEEN — ROCHE

一次，上自然課的時候，我向小學生們解說風的成因：「風的形成是因為空氣震盪或流動的關係。在我們搥扇子的時候，不是有一陣風嗎？」其中有一個小學生聽了後，很敏感的馬上站起來

誰搥的扇子

「小寶又被寄母叫去了，可是祇吃了一隻蟹和一隻蝦就回來。後來母親知道問他：『你怎麼忘了我的話？』『沒忘呀！』小寶用驚奇的眼光申辯着說：『我不是沒吃晚飯嗎？』（江蘇沙溪·顧薇）

飛上天

小芳看見雀子在天空飛過，她問媽媽道：「那些鳥兒到那裏去？」媽媽說：「他們是去聽天公公講故事的。」小芳跳着說：「媽！我也要變作一頭鳥，飛上天，聽天公公講故事去。」她的弟

妙法

寶寶家裏來了一位朋友，寶寶的媽媽留客人吃飯，煮的有綠豆湯。客人不喜歡喝，寶寶非要客人喝不可。寶寶想了半天對媽媽說，我有一個好辦法，他一定會喝。寶寶告訴客人說：「綠豆湯比DDT還好。」（北平·劉彬如）

發問，說道：「先生，可是昨天那麼大的風，又是誰搥的扇子呢？」（永嘉·楊洛東）

弟小敏說：「姐姐飛上天去後，我可以獨個兒吃兩塊糖了。」（上海·徐頌）

周迪南）
收音機裏去唱歌
小敏聽見無線電收音機裏的歌，他問我：「誰在裏面唱歌嗎？讓我也進去唱歌好不好？」

小玲姨媽家的慧英，到小玲家來玩，看見小玲的大哥，叫道「大哥！小玲抱住大哥說：『大哥是我家的，不准你叫。』（江蘇鎮江·趙嘉驥）

我說：「裏面是很小的人在唱歌，你的身體太大，是不能進去的。」
小敏跑開去了。一會兒他拿了個小洋娃娃來，他說：「洋娃娃很小，她可以進去吧。姑姑，給她開門！」

迪迪的爸爸在家裏宴客，客人中的梁伯伯問三歲的迪迪道：「誰是最可怕？」七歲的迪迪趕忙道：「我是最可怕。」

我說：「她不會唱歌，不能進去」
小敏又跑開去了。一會兒他又拿來了一個會叫的橡皮娃娃，他說：「她會唱歌的，姑姑開門讓她進去吧！」

梁伯伯說：「為什麼呢？」迪迪說：「盜賊最可怕，但他却怕警察，警察就是我的爸爸，但爸爸怕媽媽，媽媽却最怕我，那麼我不是最可怕嗎？」在旁邊聽的爸爸只有俯首面紅。（澳門·

我給他寄住了。幸虧他媽來找他去吃飯才了解我的圖。（上海·黃華）

讀者意見

不 符 初 衷

嘉音先生：

在第二十三期的「家」雜誌上，我看見吳楨先生的關於「二度蜜月」的評語和意見。對於這些批評和意見，我是十二分的感謝。但是這不過是一篇小說，在家常話裏，已經由您說過了，如果每一篇小說都須認爲事實的話，那麼這一期的「離歌」的作者是有心教唆讀者叫寡婦去「偷人」了。因爲她並未結婚却已有了孩子，並且是不公開的，而生前的丈夫又多麼愛她，又有一個可愛的男孩子。

當我寫這篇文章的時候，那動機是純潔的，並非爲了想換一筆可觀的稿費才寫的。眼睜睜見着許多新夫婦度着蜜月爲時不久，却又用自己的手來把這家毀了。我沒有姊妹，更沒有姊夫，但是更多的姊妹們却陷入了這種悲慘的處境，爲了這一輩姊妹的幸福，我才寫了這麼一篇事實和理想合構的小說，可是我想不到我會在筆下作孽，而唆使讀者去打胎。

打胎未免是太可怕了，如果經過醫生的考慮和允許，二個多月的胎兒可以用刮子宮的手術來除去未成形的胎兒，當然還必須經過醫生的允許。

我承認這篇文字中的一切花費太奢侈了一些。但是看看吧！上海有的是闊

先生和闊太太們，對於這一些先生和太太們，他們是有着更多的（比書中的主人翁）錢財，先生們把錢財擲在壁色大馬之中，太太們把時光花費在牌桌上，一擲萬金無吝色，把錢財用在衣飾上爭奇鬥豔，成羣的孩子通由僕人帶領，在無知的傭人手中，每年不知須花去多少的醫藥費，甚至無法救治。在我周圍的親戚朋友之中，我就見到許多這一型的太太，囤貨、跑市場、做票股、享樂、手上的鑽戒在眩人，汽車很有光彩。但是到你到她們家裏去看看她們的孩子，有幾個是美麗可愛的？整天混在車夫僕婦之中，試問在這樣的環境中，有一位護士小姐不是一件太過份的事吧！一面還可以教教孩子們的功課，許多富家兒的哈魯是有目共賞的，同時胞弟殺兄慘絕人寰的大慘案，傷風敗俗的逆倫案，都發生在比較富有的家庭裏。

上海是個萬惡的地方，生活嚴肅思想純正的青年也許有，可是到了中年就比較的不同了。故事中的女主人却是一位好媽媽，但是這位爸爸却不是好爸爸。在妻子受孕的時期，他每晚流連在舞

立 創 年 三 國 民

新華信託儲蓄銀行

經 營 一 切 銀 行 業 務

總 行

江 西 路 二 五 五 號 (九 江 路 口)

電 話

一 二 八 六 三 轉 接 各 部

場裏，在這樣的情況中，男主人很可能會搞上了一個難婦難產的。女人是多嫉的，而男人在「性生活」上得到了安慰之後，他會聽信了一方面的甜言蜜語，而甚至於鬧到不可設想的地步。生一個孩子，必須要十個月吧，加上生產時期一個多月，在這長的一段時光裏，夜長夢多，吳先生沒有想到男人不見得個個都是標準爸爸，回家來愛愛孩子事情就好轉了。假如真這樣，我這篇小說也不用寫了。如果照她那情形下去而另想方法，等到家也快沒有了時，即使富有，生了孩子，又何濟於事，離婚了以後的孩子，是頂痛苦的，我以爲不如少生爲妙。孩子只有在快樂的家庭中才能得到幸福，失去了爸或媽的孩子是不太幸福的。

所以在這樣的動機中，我想使得這一對夫婦依然很快樂的生活下去，經過了「劫後滄桑」的女主人，應該變得「世故」一點了！應該會應付一下環境了！而男人們呢？有時在一時疏忽中鑄成了大錯，如果懸崖勒馬的趕早了一步，事情就大大的轉變了。在上海，一個富有的家庭而過着一夫一妻制的實在太少了。多少的悲劇在製造，演出。

關於「避孕智識」不見得每個人都知道，即使知道了，也不見得都能實行而有效。同時關於這一類的書也不太可靠。最近才有一本郭泉清博士編著的「實用避用法」問世，對於避孕的種種方法講得很詳細。

嘉音先生，我不想打筆頭官司，可是對於吳楨先生說的教唆讀者去殺人，似乎與我的初衷頗不相符，所以來了這一段囉嗦，並請原諒！此請
撰安
梅蒂 十，廿九。

我們相信梅蒂女士寫「二度蜜月」的動機是純潔的，吳楨先生說她的文章有暗示讀者墮胎的可能，的確是「不符」她的「初衷」。但是我們認爲吳楨先生的話也很對，小說的含意和可能發生的影響關係的確是很重大的。這種影響並不因動機的純潔而不發生。

我們今後在選擇稿件的時候將對文中的含義和可能發生的影響特別注意，也希望本刊的作者諸君在這一方面特別小心。
嘉音

家社新貢獻

實用育嬰問答

(出世至兩歲的育嬰法)

班德遜醫師著
黃嘉音·江同編譯

本書包括問答九百十六則，舉凡嬰兒的飲食，營養，睡眠，沐浴，起居，遊戲，衛生，疾病，發育，習慣的養成等方面，無不分門別類，作詳明通俗的檢討。是每一位將做母親和已做母親者所應人手一冊的參考書。全書十五章，二百餘頁，定價五萬元，本刊定戶八折優待，歡迎函購。

家雜誌社發行
上海(23)膠州路一八六號

中國實業銀行

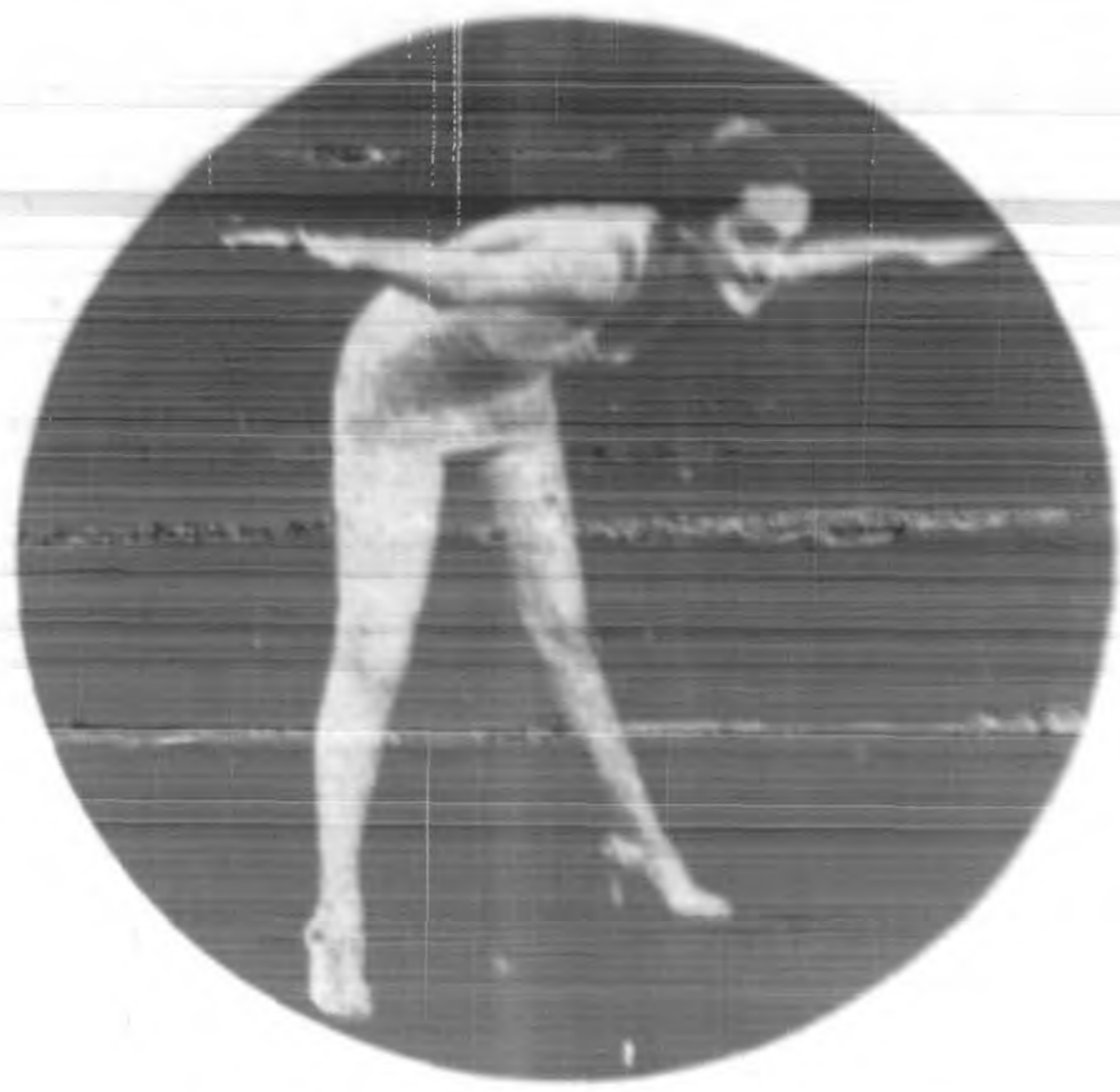
上海總行

北京路一三〇號

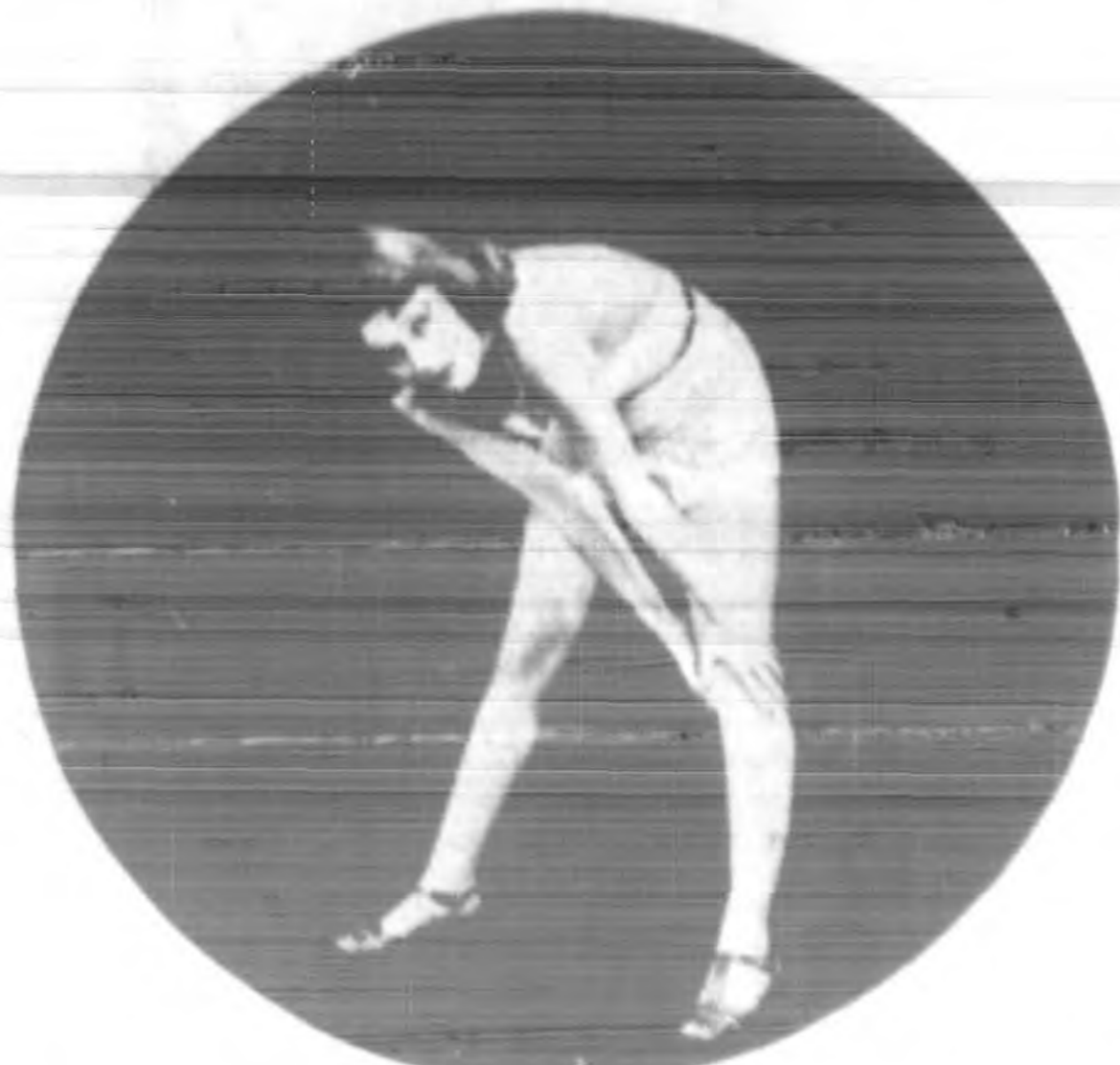
電話：一八七二五至九號

分支行處

全國各重要城市



(一) 開始的姿勢：雙腳分開站住，上身向前傾，背要直，頭舉起，雙臂向兩邊伸直。



(三) 開始的姿勢：兩足相距二十四吋，直立，足趾向前，雙臂向兩旁提起，高與肩平。(1)用雙手握住左腿，雙手越低越好，惟雙膝不得彎曲。將上身儘量向下俯。作此運動七次。至第八次時，恢復開始時的姿勢。

然後用雙手握住右腿，作同樣運動。這是一種伸展的運動。

★ ★



(二) (1) 第一身位時，雙臂向兩旁提起，高與肩平。(2) 第二身位時，雙手握住左腿，雙手越低越好，惟雙膝不得彎曲。將上身儘量向下俯。作此運動七次。至第八次時，恢復開始時的姿勢。

(四) 開始的姿勢：雙足分開站立，向前舉起左臂，使其鬆弛。使肘部伸直，將臂向後揮，用臂作劃圓圈姿勢，同時雙膝。重複八次，集中注意使你的臂鬆弛，用膝部的彎曲和身體的小扭動以幫助臂的揮動。另外一臂放鬆，以幫助臂的揮動，揮動時應有韻律。然後用右臂劃圓圈作八次的揮動。這個運動有伸展，柔順，和鬆弛的作用。



用。

★編主音嘉黃·德嘉黃★

西風

本刊創刊於民國廿五年，以譯述西洋雜誌精華，介紹歐美人生社會為旨趣。內容充實活潑，文筆雋永流利，編排新穎謹嚴。創刊十二載，暢銷中外。內容分一專篇·通訊·思想·文化·「西風特稿」

人生·修養·「社會·暴露」·「風土·人情」·「徵文當選」·「醫學·生理」·「婦女·家庭」·「心理·教育」·「西風信箱」·「通訊運動」·「卡奇」……等欄

★主編：黃嘉音

★編輯：黃朱綺



健全婦女生活

這是今日中國一本最理想的家庭和婦女權威刊物，撰稿者包括國內外各方面的專家。根據現代科學和心理學的原則，告訴做父母的怎樣去處理兒童問題，供給最新的科學和營養的知識，特別注重社會，婦女，兒童，家庭，育嬰，保健，婚姻這些問題的檢討。我們謹向關心社會福利和家庭幸福的讀者推薦這本雜誌。

內政部備案登記證京警通字第七六六號
中華郵政特准掛號認爲新聞紙類

定閱辦法

- (一) 自由定戶一次預付十萬元，多交聽便。
- (二) 來函請用正楷書明姓名住址及起定期數，以免誤寄。
- (三) 郵費，包費由定款中扣除。
- (四) 外埠定費請由銀行或郵局劃匯，郵票代辦，現款代辦，函寄現款，概不負責。
- (五) 定費用完時，由本社專函通知繳定。
- (六) 來函請寄上海(32)膠州路一八六號本市內，定戶可以在電話通知派人收款。

定戶利益

- (一) 每期書費照上海定價八折優待。
- (二) 自由定戶儘先提早發售。
- (三) 購買本報書刊，來函註明定單號碼一律八折優待。
- (四) 委託代辦外版書刊，來函註明定單號碼，可早九折優待。

抗戰中的國事

這是第一本以抗戰中國為題材的故事故集。是西風九週徵文由數百篇文字中精選出來的二十個短篇，裏面表現抗戰時期的形形色式，有女間諜，走私，舞女，土匪，文化人……的故事。這是繼「天才」後的一本值得介紹的好書。每冊售三萬元。定戶八折。

廣島被炸記

這是一本轟動歐美的新書，描寫原子彈在廣島爆炸前後，六個炸後餘生者的故事，生動深刻，是原于世紀中一部最發人深省的作品。全文原載一九四七年八月廿一日「紐約客」雜誌，該刊出版後，立即銷售一空。比利時商會，普林斯頓市長和愛因斯坦博士紛紛大批訂購，英國八大報紙要求轉載，形成了文壇上的空前盛況。

星空巡禮

這是一本有趣味有價值的通俗科學小品，內容包括「月光」，「繁星」，「朝陽」，「長庚」，「北斗」，「銀河」，「宇宙」等七章。作者早期留學英國，專攻天體物理學，曾得劍橋天文學獎金，為英國皇家天文學會會員，是一位文學修養極深的天文家。

空遊

本書為西風徵文第四集，內容包括空遊，我是心理分析家，女記者生活，杜死城，羅三教師，電話西施，一個女嚮導的白日，流動生活，我拖一黃包車……等精美文章二十篇。愛讀徵文者，不可交臂失之！定價二萬八千元

幼童教養法

沈陳式譯·黃嘉音編校
這本書是根據美國勞工部兒童局編印的「一歲至六歲兒童之教養及訓練」一書編譯而成。作者都是小兒科醫生和專家，以最淺顯通俗的文筆，告訴每個做父母的人對付嬰孩和教導孩子的最好辦法。內容切合實際，為現代父母最佳之參考書。

定價二萬八千元

歐美印象

本書由西風月刊「專篇·通訊」欄內最精彩之文章選輯而成，內容分「歐陸」，「北美」，「英國」三輯，富饒趣味。執筆者以忠實筆調報告各地見聞。讀此一冊，儘可臥遊天下。

定價二萬五千元

批發簡章

- (一) 同業批發一律以現款交易。如預存書款則儘先配發新書尤為便利。
- (二) 本版書刊照上海定價七五折計算。
- (三) 目前交通遲滯，凡寄發書刊中途若有水濕或遺失，本社除代向郵局查詢外不負賠償責任。
- (四) 目前物價漲跌無常，外埠批購以款到時售價為標準。
- (五) 郵費包費數由批購者負擔。

每冊定價國幣貳拾元

★社誌雜家 號六八一一路州膠(23)海上：所行發社風西★

待優折八戶定接直。準爲價售市門社本時到款以當，改更有如價書