

健康之敵



西歷一千九百廿八年

(國語)

# 健康之敵

中華民國十七年

上海時兆報館擺印



鴉片鴉片 害實非淺 庸人不悟 終日沉迷  
吞雲吐霧 如狂如癡 初吸治病 再吸安眠  
終吸成癮 不能變遷 癮成病發 戒之為艱  
形容枯槁 如鬼一般 家產吸盡 鮮恥寬廉  
自錢購買 病勢奄奄 煙毒發動 命喪黃泉  
虎患雖烈 難與比肩 君勿嘗試 前車可鑑

# 導

# 言

論到鴉片煙、香煙、酒、以及種種之麻醉劑，都是害人的毒物，世界上的人往往爲其所害，尤其是中國人受害更大。不但耗人金錢，敗人智力，害人身體，毀人道德，且使人日漸衰弱。若不起而撲滅之，將使我們作奴隸的民族，而殺害我們了。因此欲喚起每位熱心同胞，加入滅毒運動，共同竭力，拒絕各種毒劑。因信這除毒的問題，就是中國的問題。要解決這項問題，在盡吾中國人的力量。要掃除中國鴉片，須中國人民自己負責。如禁種植、禁賣買、禁吸食等，須國人自己爲之。倘仍喫鴉片等，耗費辛苦的工資，即使一般只顧發財的人，仍設法供給國人毒物。我們務須停止虛望，不必求地球別國來助我們除去，須自己攻擊國內的禍毒，殺除那條盤繞於屋內的毒龍，直到知這怪物被斬死了纔止。中國每個國民如提起精神，除滅此禍毒，到下屆舉行世界禁煙大會時，將從拒毒上所得的利益，益指明出來，豈不是好麼。不然倘到下屆禁煙大會時，各國的手若再得把柄，指摘中國的腐敗，依然吸煙，試問中國那時的體面在何處呢。國民在反對鴉片的事上，要有誠意，須將誠意的行動向世界列國表示出來。

本館編輯此冊意在喚起國人，以望提起空前的精神，來搏擊那鴉片的毒。君聞這呼聲，當作何應答呢。

或者有人說，「我很贊成諸君拒絕鴉片等毒物，但我信鮮有成效，不過徒費光陰而已。」我們爲此，就都灰心，而不願出力麼。我勸諸位切不可因噎廢食。卽如鴉片一物，今人對其毒害依然抱着惡感，鴉片之於我們的烈禍，盡人皆知，就如種種善益之舉，也蒙其害，殊不知稱讚鴉片煙的人真寥若晨星。卽吸鴉片之人也常痛恨鴉片，知鴉片禍害非淺，引人作他卑鄙的奴隸。至於販賣鴉片的人雖然圖謀獲利，也知所營之業，極不名譽，外表也附和稱說反對鴉片。還有許多誠實的男女，願作毒劑的勁敵，搏擊鴉片。今中國各省各縣各界人士，莫不同聲提倡反對鴉片，一致主張要謀華人的大幸福，須先取消鴉片貿易。由此看來，國民反對鴉片，既有此種決心，對於剷除鴉片的毒害，前途必抱樂觀。我們有了此種決心，可能再說盡力反對鴉片是白費光陰麼。我們若如此說法，真處在可悲的景況中了。民衆既有了決心反對鴉片，若在剷除鴉片的事上無進步，怎能盼望在反對別的危害物上有進步呢。若以出力反對鴉片爲白費光陰，那末出力反對無論甚麼禍患，也都是白費光陰了。我們果真無能力拒除這大害的鴉片，就該直爽的承認

說，我們與世界已願處於惡勢力統治之下。一般因善而戰的人，必束手降服了。試問我們可有此種的承認麼。可拋棄一切希望，而停止奮鬪麼。鴉片的惡魔向我們所要的，就是各種灰心態度，所以我們攻擊鴉片，越遇困難，我們越當立志去奮鬪。攻擊鴉片既少進步，我們就當越堅決毅力去做。鴉片勢力既強，越使我們團結愈堅，用比以前較大的力量奮戰。既有些人說我們反對鴉片，將行失敗，我們就越當堅決求那勝利。然我們怎樣可達到完全的勝利呢。文字上的反對鴉片已見許多，再應有一種實行的動作，然實行的動作何不多見呢。本論已述及反對鴉片的觀念，已普遍各處，然須承認此種觀念仍非屬於強力，若是強力，必見有許多實行的動作起來協助。中國國民若真決心祛除煙毒，必能迅速收效。有反對鴉片的觀念之時，加之有具體辦法，助以成功，非常緊要。此種觀念，就可稱強力的了。增高這觀念之道是甚麼呢。不需文字上的鼓吹麼，不是，激動觀念在乎文字，導領實行，在乎觀念。所以我們用文字攻擊鴉片的時候，須知專賴文字還是不夠，還要全國人民有反對鴉片與麻醉劑等的同情，從實行方面下手，以求達到成功。是以著者切望諸君樂願加入此拒毒運動中。

# 健康之敵目錄

第一章 人如何用其金錢.....自十一面起

香煙與裁兵.....自十四面起

美商香煙暢銷遠東.....自十六面起

中國之酒害.....自十七面起

酒之消耗.....自十九面起

第二章 麻醉劑的禍毒.....自二十五面起

農業之損失.....自二十六面起

商業之損失.....自二十六面起

嗎啡的害處.....自二十七面起

赫羅因的害處.....自三十面起

寇卡因的害處.....自三十一面起

第三章 誘惑人之麻醉劑.....自三十三面起

使人麻醉之藥.....自三十六面起

麻醉劑無治病之能.....自四十一面起

第四章 屏除惡習之善法.....自四十七面起

除惡習可靠之方法.....自五十三面起

第五章

戒煙的奇蹟.....	自六十面起
名人之與香煙.....	自六十三面起
香煙中之毒質.....	自六十四面起
香煙之與人體.....	自六十六面起
煙草與身體之影響.....	自七十二面起
心.....	自七十三面起
血壓力.....	自七十三面起
腦系部.....	自七十四面起
眼目.....	自七十五面起
癆病癩同別種病的傳染.....	自七十六面起
體質.....	自七十七面起
實業的出品商業的效能.....	自七十八面起
吸煙又能引人好酒.....	自七十九面起
長壽同死之比例.....	自七十九面起
總結.....	自八十面起
對於大小學校學生的影響.....	自八十面起
吸煙習慣與廣告.....	自八十三面起



第六章

吸煙之嗜好	自八十四面起
吸香煙與犯法	自八十七面起
香煙癮有法戒除	自九十二面起
論飲酒	自九十五面起
酒之種類	自九十六面起
說酒非食物	自九十六面起
說酒不能助肌肉增氣力	自九十七面起
說酒影響於記憶力	自九十八面起
說酒之影響品行	自九十九面起
說酒能致病	自一百面起
說酒能促短人的生命	自一百零一面起
酒是有益的藥品麼	自一百零一面起
如何可以戒酒	自一百零二面起
飲酒與辦事的效率	自一百零三面起
提神藥與麻醉藥都是騙人的	自一百零七面起
哲人之言	自一百一十一面起
爲何自殺	自一百十三面起

第七章

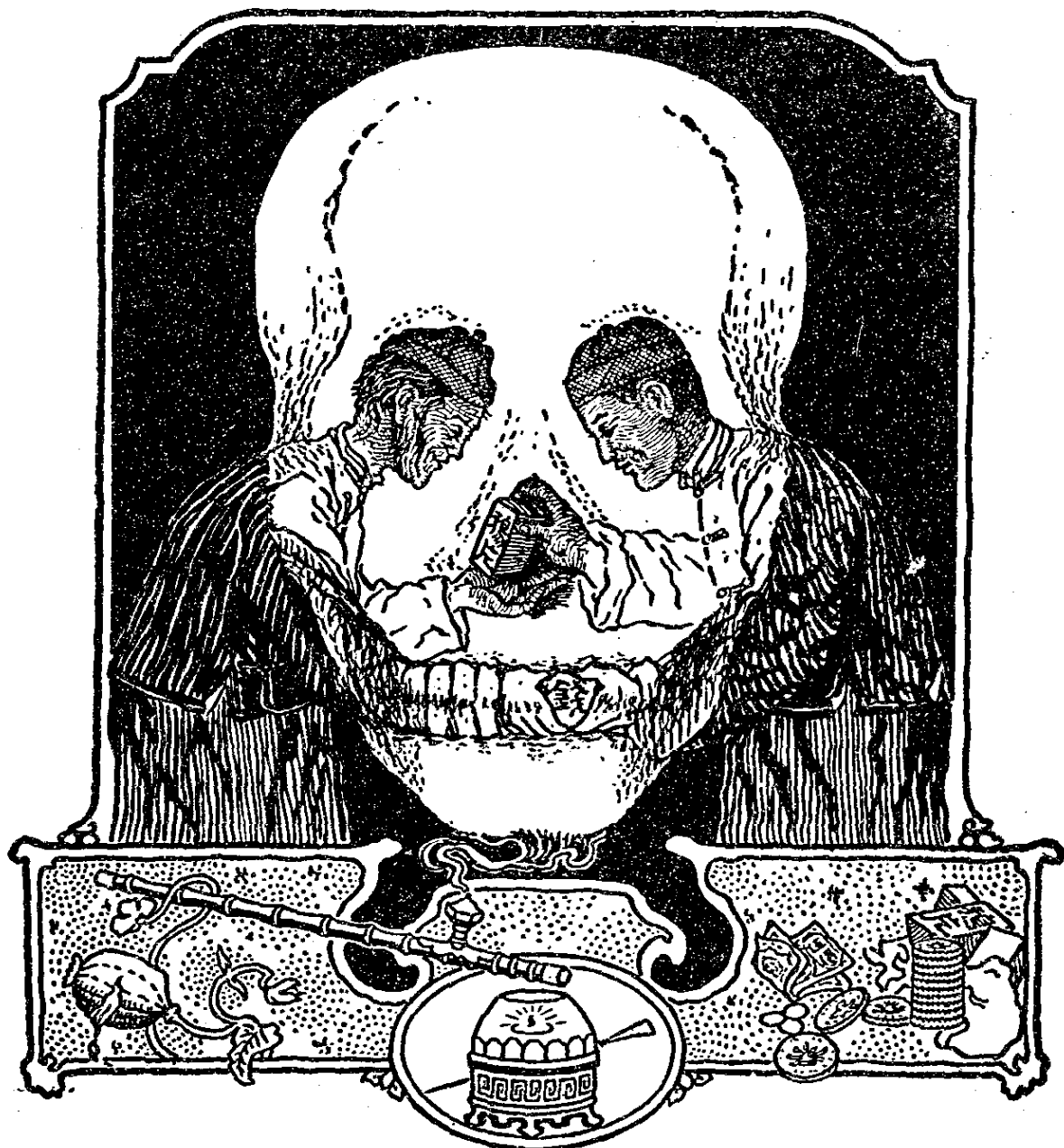
## 序 言

今日之談公衆衛生者，輒認其有三大仇敵。三者之一，已足釀成大害，何況其又共同進行哉。社會青年，偶一不察，即受其愚。蓋此等毒物，咸外表美而實際偽，所謂『金玉其外，敗絮其中』者也。

橋路之不能行人者，往往以赤旗或紅燈表示之。本館發行此書，亦以之爲危險之標號，俾健壯男女，不爲奸商市儈所愚，致墮被害人謀利之陷阱也。

吾人若久與健康之敵爲伍，其結果必成爲『牀上流氓』。初交時，此仇敵之詭計固未顯露，然年深月久，即吾欲脫離，亦幾乎不能矣。本書以揭破健康之敵之黑幕及挽救已經被害之人士爲旨。若於讀者有所資助，則幸甚矣。

時兆報館謹啟



花了有用的金錢，去買無用的物件，本來是很浪費很愚蠢的。如今有許多人不但不花去金錢，並且糟塌了自己的身體，去博暫時的愉快，以致墮落終身，變為睡榻上的流氓。試問這種危險的交易，你願意任意舉行嗎。

# 人如何其用金錢

## 第一章

據可靠的統計，中國每年用於鴉片、嗎啡、赫羅因、寇德、毒藥、錢計八萬萬元。又據那精密的調查專家說，中國每年買外國與本國的鴉片，有十萬萬元之多，今因不要將這項統計，算得太高，故特詳細調查中國人民所喫毒劑的數量，就定每年消耗於麻醉劑的費為八萬萬元。今將此數目與別種事業的經費一相比較，很有價值。譬如以教育而論，中華教育改進會，在一千九百二十三年的報告說，每年中國所用的教育費為五千九百四十二萬四千五百六十七元。此數對於教會立的中小學校經費未計入內，再加這種相近的教育費，那麼中國每年用於國立、教立及私立大小學校的教育費，共約七千三百萬元。國家應做最要事務之一，在訓育少年。中國將來如何，端賴現在的學生，要國度富強，須注重教育。然目下中國教育狀況異常困難，主因在乎缺乏經濟。請想中國在麻醉劑上花費的錢，比較教育費幾乎多了十一倍。用這麼多的錢喫毒劑，傷



(南)

壞我們腦力，而不用以開設學校、發展腦力，這個做法是聰明麼？可依然作此勾當麼？現代國家的要務，就是實業與商務。鐵路對於商務非常重要，更與今日國家的興盛很有關係。按鐵路可收入大宗利益，也可使沿鐵路城邑的人民，比以前得較大的利益。今中國築成的鐵路，只有一萬二千七百二十里，關於各路一切的設備與建築，共投資六萬三千五百二十七萬九千四百八十六元。國內的外國鐵路，如日本的南滿鐵路，與俄國的中東鐵路，不算在內。我們都一致的說，中國應多築鐵路，但爲何不多築呢？那個回答，就是缺乏經濟。在已經投入的鐵路資本六萬三千五百二十七萬九千四百八十六元之中，大半還是向外國借來的。試思我們若是用了一年消耗於麻醉劑的錢，建造那些已有的國內鐵路，並設備各路的應需品，還可餘下一萬六千四百萬元。果將一年喫麻醉劑的錢，建築鐵路，一年可成一萬五千里，可以造成幾條急需的鐵路，經費都能出自中國國民，不必借貸外國資本。請問在一年之間用八萬萬元服毒劑，毀害身體，或用以建築鐵路，開發國家利源，是那一樣最聰明呢？一九二三年我國鐵路歲入爲一萬一千九百四十萬零五千六百三十八元三角四分。這些鐵路的開辦費，共六千四百七十二萬四千四百六十元一角四分，再付去外債利息和別的經費等等，計二千零四十二萬

九千三百元七角六分，那年剩淨利三千四百二十五萬一千八百七十七元四角四分。如此看來，中國鐵路不單開發沿路人民的利益，也是使投資開辦的人賺得大利。我們若投資鐵路，得獲大利，不喫那害國害民的鴉片嗎啡，豈非更聰明麼？據說煤爲現代實業的基礎，英美德法等國的實業成功，大抵仰賴煤料。中國地下所有的煤，足供給文明各國數千年之久的需用，但已投資於這重要實業的，有多少錢呢？計投資的總數，爲九千九百七十五萬元，其中半數是由外人投資。中國人爲何不投更多的資本開掘煤礦呢？我們每年以投資煤礦八倍多的金錢，買服麻醉劑，豈非可恥麼？我們或繼續花錢服毒劑，敗壞身體，或投資採掘煤礦，鞏固國家富強的基礎，是行那一件爲較好呢？現代絕大便利之一，可算電氣。今種種實業多用電氣，中國現有電氣廠二百二十三所，總資本金爲五千零九十一萬二千二百元，請想想我們每年喫鴉片麻醉劑用的錢，比我們投資於電氣實業的，怎麼多十四倍呢？我們只須將一年內喫毒劑的錢，開設電氣廠，那麼就有比如今多十四倍的人民享受電燈和電力的利益了。汽車也爲現代最有用發明物之一，引人方便快樂，每年輸入中國的汽車，約值四百萬元，其中多由外人買的，但華人每年喫麻醉劑所費的八萬萬元，比買汽車的多二百倍。誰不喜歡備一輛汽車呢？今

在中國，汽車甚是稀少，若每年將喫鴉片嗎啡的錢，買了汽車，過了不久，全國必充滿汽車，必與如今的人力車一樣的普通。今中國最大實業之一，也為紡紗織布廠。現有這樣的廠計一百八十個，投入的總資本為五萬五千萬元。但這些廠並非盡屬華商，許多是英日商的資本。我們若將一年內喫麻醉劑的錢，盡辦我國現有的一切紗廠，還可餘下二萬五千萬元。今我國每年喫麻醉劑所費的錢，用以建築一切鐵路，採掘煤礦，開辦電氣廠，是綽綽有餘的了。如此看來，試問我們每年或仍用這麼多的錢，喫服麻醉劑，使人民貧困，軀體毀壞，道德腐敗，心弱，或是用以興辦實業，開發國家利源，與別國並駕齊驅，是那一件事好呢。諸君，請熟思此種利害，決定我們當行何者為宜。

### 香 煙 與 裁 兵

香煙一物，近年來在我國甚是暢銷，因一班人多以此物為最時髦的應酬品，所以可說香煙就是國人每日普通耗費上，最大而又最害身心之物。近今國中百業清淡，惟香煙的營業獨蒸蒸日上。若行走在街市上，見香煙廣告，徧處皆是。凡交際之所，舟車之中，睜眼一看，差不多有不吸香煙的人。據民國九年海關報告香煙一項，輸入的總數，為關平銀二千二百萬兩，合通用銀元三千零五十五萬餘元，本國自造的尚不在其內。至民

國十二年，香煙業更盛，從最小數說來，也約加了三倍，合計全國一年內所消耗的，當為一萬二千三百餘萬元。茲按平均數，計算那吸香煙多者，一日必費銀一角半，一月即有四元半，一年即有五十四元。少者，一日必費銀五分，一月即是一元半，一年即是十八元。各界國民若真正愛國，並保持自身康健，即應下一決心，節此自害的妄費，投資於裁兵公司。如此一年內即能辦實收二百萬元資本銀之公司六十一所，十年內，即得六百一十所。那時中國情狀如何，可不言而喻了。

中國一年內買入汽車的價值四百萬元

中國境內中外人設立電氣廠的總資金五千零九十一萬二千二百元

中國每年國立私立學校的費用七千三百萬元

中國境內華洋商煤礦的總值九千九百七十五萬元

中國境內華洋商紗廠的總資金五萬五千萬元

中國國有鐵路的投資共銀六萬三千五百二十七萬九千四百八十六元

中國境內每年消耗的麻醉劑計銀八萬萬元。



此項公司之具體辦法，在各地之國民裁兵委員會、團體、公所、及紳董互相竭力提倡，用鄭重方法規畫組織，勸國民將減省香煙之耗費存儲銀行，領取股票，一俟所定之資本收足，或墾荒、或製造、或築道路，將工作所需的人數稟知政府，請政府指撥兵士充任。如是政府見國民下此決心，未有不允所請，兵士未有不從所命的。這樣兵既化而爲工，兵額即減少了。兵既減少，那自相殘殺的內爭就可不多見，於是一班平民，也就可以各安生業了。

以上所述不過爲一種建議，要實行很不容易，因吸煙的嗜好，甚難斷絕。然國民須知香煙，今已普遍中國，消耗之費，不可勝數，其毒不下於鴉片。又須知現今世界各國軍隊之多，首推中國，而中國歲入課稅幾皆供養兵士，仍覺不夠，餉項甚有積欠數月者。國民如趁時除去此難斷之嗜好，助理裁兵，以減少兵禍，救國實所以救己，願國民其速行之。

### 美商香煙暢銷遠東

今世人購吸美商香煙，計有十三萬兆支，歐戰前只有兩萬兆支。按去年美商香烟銷行，計有八十國，一九一三年只有五十國。去歲美國出口香煙的總數，約銀四千八百萬圓，歐戰前的一年，尚不滿六百萬圓。

可奇的，彼遠距歐洲戰地之遠東，也歡迎美商香烟。單就運至中國之香煙而論，一九一三年有六百四十一兆支，去歲就增至八萬五千兆支。其價值即一九一三年為二百萬圓，去歲則為三千四百萬圓。美商香烟自歐戰後，在歐洲銷售之數大減，而在遠東則大大加增了。遠東各國中，目今以中國為惟一之大主顧。如香港也以最多數進口之香烟運入中國。在歐戰的前一年，有五十三萬六千兆支，去年則增至六百兆支。

### 中國之酒害

酒在世界上，可算是一種普通害人之物，人往往作了牠的奴隸，受了牠最深的苦害，甚至將臨死地，還不自覺，真屬可怕的。近來文明各國，已查知酒的害處，最是嚴酷，有出令禁止的。惟獨我國人，尙如在夢迷之中，毫無戒懼之心。間有少數知酒害酷烈之明哲人，熱心提倡禁酒，雖大聲疾呼，而抱真心應答者終不多見。這是甚麼緣故呢？只因習俗相沿，以為酒能和事，能待客，是應酬上不可少的，所以不能禁絕。故有一句俗話說：「怪酒不怪銷。」意思就是說，雖沒有好菜，銷客不怪。若沒有酒，客就要見怪。此足證明中國人對於酒的態度是如何了。殊不知酒雖有利事待客之名，而壞事得罪客人的也往往

由於酒。因人每每貪飲過量，腦筋中酒毒而麻痺，如此即不類乎常人，言論無次，作事怪張，以致親友見罪，小事却弄得不可收拾了。可說酒實是一種「成事不足、壞事有餘」的東西。由此看來，我們凡為國民的，不欲救國則已，如欲救國，須先剪除一切殺身滅國、耗人資財、引人嗜好之物品，如麻醉劑、及鴉片、香烟、酒等類。論到這些物，其中最壞的可說是酒。因嗜好鴉片等類，不過害及自身，而酒徒則不然，往往酗酒滋事，擾害別人。所以真神藉智慧人說，酒能使人褻慢、濃酒能使人喧嘩，凡因酒錯誤的，

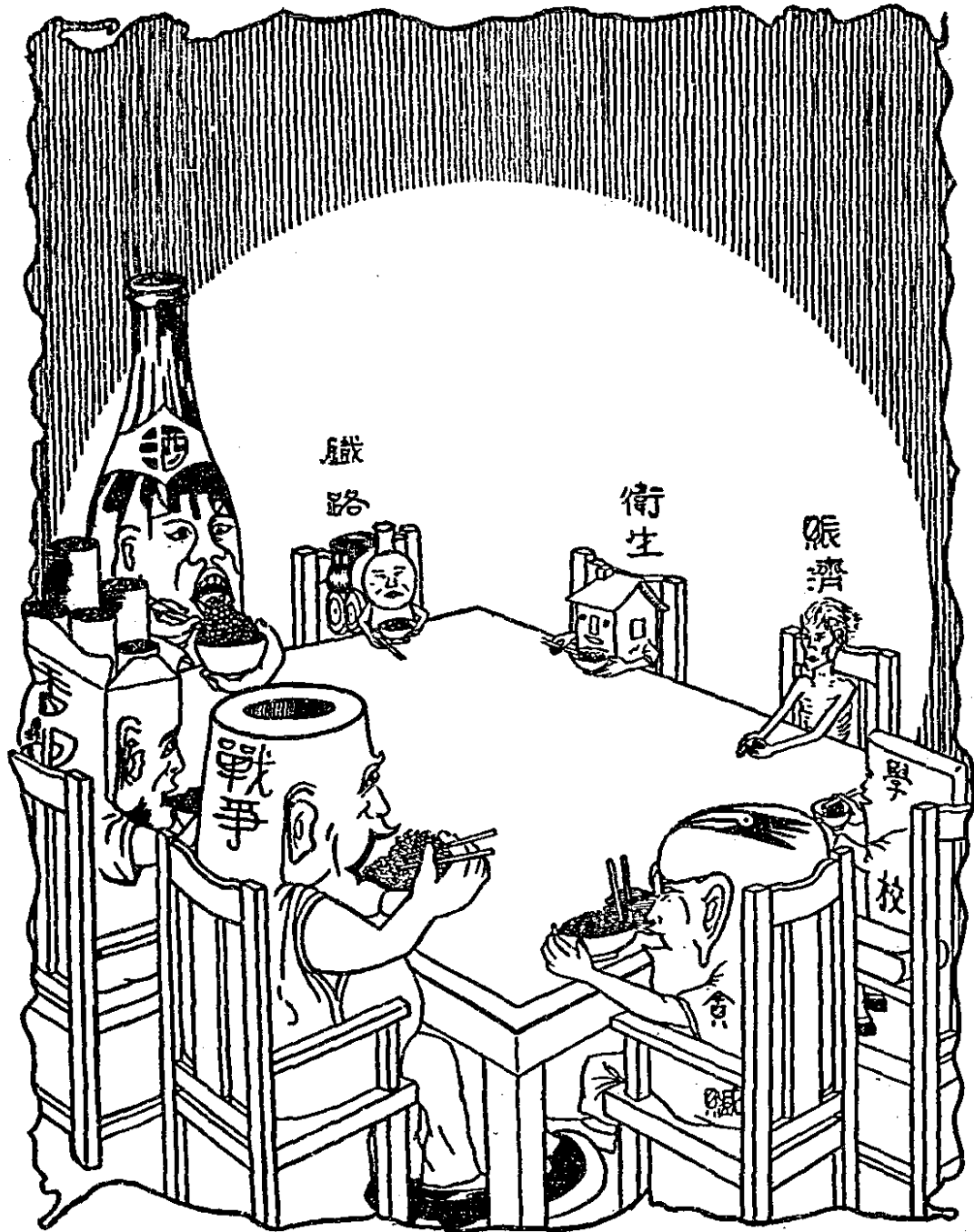


據算世界一年有三百萬噸重的糧食，釀作酒類，所以運酒的車，計每年有百萬輛之多。再廢去這麼多的糧食，使糧食的價錢昂貴，貧民無力購買，以致饑餓，這豈不是不當的麼。

就無智慧。酒發紅在杯中閃爍，你不可觀看，雖然下咽舒暢，終久是咬你如蛇，刺你如毒蛇。古聖王大禹也憎惡旨酒，因當時「儀狄作酒，禹飲而甘之，遂疏儀狄，絕旨酒。」後世必有以酒亡國者。考古證今，禹王此言是屢驗不爽的。夏桀商紂就是個確據。

### 酒之消耗

按酒類不但損身敗德，且耗人錢財，與人所吃的米麥穀等食物，如（中華婦女節制協會季刊）「酒在中國之概況」一題中提到造酒之事，說「製酒原料，不外膏粱、穀、米、麥等與果實，及各種相當植物相混。用穀米混製者最普通，亦有純用穀米者。膏粱、大麥、小麥、番薯、甘薯等，皆為製酒之特別原料。各覆函中，有六處謂穀酒或米酒一斤，所用穀米分量，有少自半斤，或多至四斤者。平均計之，大約每斤半穀米，產酒一斤。有用膏粱約三斤，產酒一斤者。江西東鄉全縣穀米，用於酒業一界，幾達全數四分之一。福建丹陽所產穀米、番薯，因製酒每年耗去總數五分之一。新疆莎車府所產大麥，耗之於酒者，五分之一。小麥五分之一。湖北黃陂，除大麥專供製酒外，小麥與穀米，耗去亦多。足徵五穀耗於酒業一途甚普遍。今試就十處城市估計，製酒一斤，所用五穀量約在一·一斤，多至八·三斤之間平均計之，製酒一斤，約需五穀量三·四斤。廣東陽江廳所屬各村鎮，每年



八人會餐，四肥  
 四瘦，肥者耗民  
 財，傷民生，且得  
 人歡迎，有錢幫  
 辦。至於學校、衛  
 生、鐵路、賑濟，可  
 救民生，益民智，  
 利交通，那等事  
 業，却無錢舉辦。  
 唉，世人的金錢，  
 爲何這樣的亂  
 用呢，真屬可惜。

每處耗去五穀約一〇五斤。福建龍安府約二·八斤，新疆汗城一·五斤。」看以上所說將人民養生之糧食，造成害人民身命之酒類，各地皆有，不過有多少的分別而已。該季刊同題中又有一段說，「各覆函，大約半謂華人嗜酒者，日漸增多。」如此可知酒患在國境內，正在蔓延，每年將有用之金錢，消耗於無益之酒類者，不知有多少，而除去原有之消耗數，又不知每年增加的有多少。

今將該季刊同題中由調查所得各省人數嗜酒之百分數照錄如下

「新疆(僅一來函)	百分之一	直隸	百分之十七
甘肅	百分之四十	安徽	百分之四十五
廣東	百分之四十五	福建	百分之四十六
河南	百分之四十六	浙江	百分之五十
江蘇	百分之五十四	山西	百分之五十八
四川	百分之六十六	山東	百分之六十七
雲南	百分之七十七	滿洲里	百分之八十
陝西	百分之八十五	湖南	百分之八十七

湖北

百分之八十七

江西

百分之八十九

蒙古(僅一來函)

百分足數

合上述各省平均估計，得全國百人中，嗜酒者約五十九人云。惟上述數目有根據地方統計者，有由私人實地調查者，大約在人調查較爲確實。茲就調查區域內，查得嗜酒者，以中年人最多，弱冠、青年次之，孩兒又次之。」

俗話說，「豆腐酒吃家當，狗毛細雨溼衣裳。」這個意思就是說兩雖細小，時候常了，也能夠溼透人的衣服。喝酒雖不要好小菜，以爲費錢不多，不大要緊，但日子多了，這淡酒薄餚，也能夠把人的家財耗盡了。總觀以上所論，足見我們要想求得經濟寬裕，身體強壯，非戒絕一切無益有害，耗人資財，損人身體，敗人道德之物品不可。若吾同胞人人有此決心，自今以後，移一切無益之消耗費，助家與國及社會之正用，如此我敢斷言，家不期富而自富，國不期強而自強，社會亦不期振而自振了。吾同胞其勉而行之。



鷄見虫尾而喜，乃以喙啣之，以爲可得此虫以飽口福，故極力的往外拖。不料越拖越長，至完全拖出時，乃是一條大蛇，蛇既出，反將鷄害死。嗚呼，麻醉劑或煙酒等類者，與此無異。初用此類物品，以爲可以使身體舒服，弱者可變爲強。豈知久而久之，身既中麻醉性之毒，那先本爲舒服之身，強壯之體，轉而弄得不舒服，不強壯了，甚至到弱不可支，直至於死之地步。唉，有此嗜好的朋友們哪，豈可不猛醒嗎。





# 毒禍的劑醉麻

## 第一章

### 鴉片的害處

中國各地人民自吸鴉片以來，已歷多年，故其普通的害處，人人都知道。人以吸了煙，覺得心境舒暢安適，如痛苦疲倦等知覺，都遲鈍遺忘了。其實鴉片不能治人的甚麼疾病，只能麻木神經，使不知自己的病症，與肌肉疲乏的痛苦。喫了鴉片一些時以後，肌肉即變軟弱，身體顫動，習以為常，心房中毒，身體憔悴，容貌皺縮，眼睛失神，性成怠惰，缺少精力，他的志願力也漸變為軟弱，少有優美的品格。人成了鴉片癮之後，若得不到足夠過癮的煙，必勢如瘋狂。錢若用盡了，他必將他的貨物、財產，漸漸變賣，甚至也有將自己的妻子兒女賣了去買多量的鴉片吸。鴉片禍毒，尙不止此，且有害於農業與商業。今將「中華基督教協進會第二屆年會的報告」摘錄如下。

### 農業之損失

吾國向以農業著稱，近年以來，各省當道提倡勒迫種植鴉片。例如滇黔皖桂等省，遍地煙苗，一望無際，所以然者，大都種煙之區，均屬按畝徵捐，偶有少數不受利誘，稍知守法，拒不種煙之農民，亦必按其田產畝數，科以產罰。故小民迫於利害，與其不種而受苛罰，何如認種以圖厚利，年復一年，遂致甲村種植，乙村效尤，今歲種植，明歲增益，毒根蔓延，而天然之農產，每年收穫之額，反愈見其少。如貴州一省，年來以種煙日多，產米日少，米價因之非常翔貴，繼長增高，幾達數倍之鉅。他如北省邊寒之區，落霜較早，晚田收穫，每致無望，一經種煙，則早田時期完全佔用，而晚田農產，歲常不收，是鴉片之外，毫無所獲，且據科學之研究，與夫農家之經驗，僉以連年種煙，則地力消耗，生殖遂滅，此尤其絕大影響者。常此以往，勢必致五穀絕種，人民坐以待斃，縱煙土種若山邱，而畫餅寧有充饑之望，目前之損失，猶其小焉者，噫，前途莽莽，其危險殆未可輕忽視之也。

### 商業之損失

商品貿易，以其所有，益其所無，而遂什一之利，此為正當之經商。自各省復行種煙以來，一般商人，希圖厚利，遂不顧法紀，兼營販運煙土之違法事業，或勾結軍人，或賄通路工，

私販圖利。其交通不便之省區，以及產烟最盛處所，更復任意經營，習以爲常。茲就甘肅一省論之，從前長途車脚無須重價，近以運土之故，較諸往常車價，增貴至四十八倍，而奉公守法之商旅，乃往往因脚戶貪利，咸趨重於運烟一途，致正式大宗商貨無法運載，即使拚以重價雇運，而各項貨物，每因運脚增漲之故，勢必附帶加其售價，銷路乃致停滯，商場因以蕭條。由是思之，是商業利益，又爲鴉片勢力所剝奪，滔滔日下，殆有喧賓奪主之勢，此猶就目前之狀況言之也。若再仍遷延時日，吾恐商業之損失，更不知將達於如何之程度也。

### 嗎啡的害處

嗎啡大概的禍毒，與鴉片很是相仿，惟性質還要厲害，因嗎啡是從鴉片的主要毒分提出。論到嗎啡的禍毒，可引證美國醫博士喀羅撒斯 *Doctor Crothers* 的話，他曾用了畢生的光陰研究麻醉劑。博士在他所著的「嗎啡毒」書中說，「嗎啡麻木人的感覺，使不知痛苦，令享安適，容易疲倦睡眠。人若身體疲弱，喫了嗎啡，精神大振，不覺疲乏，受非常的愉快，但等嗎啡性過了以後，覺得神志敗喪，憂鬱異常。於是他再喫嗎啡，重新除去痛苦的疲倦，他的視覺聽覺，嗅覺，和嘗覺都受影響，少於靈敏，大小腸的泌液減少，以致



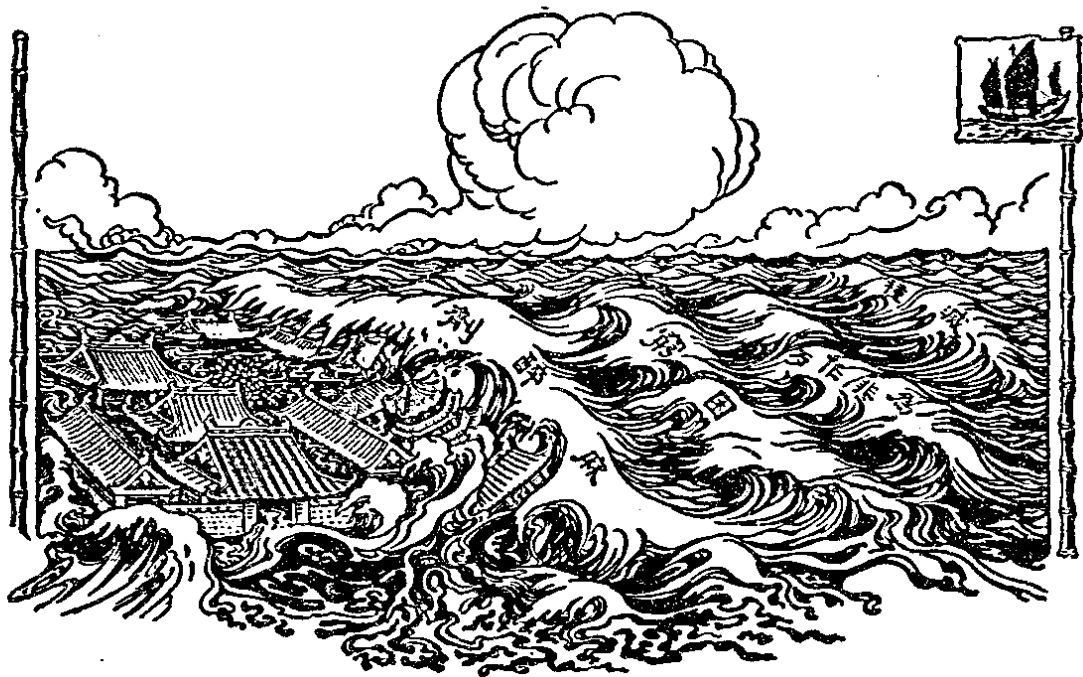
流星花砲  
 拍的一聲、  
 飛入天空、  
 火星四射、  
 煞是好看、  
 但你須要  
 謹防、不要  
 被牠射着。  
 你吸鴉片  
 起初雖是  
 使你快暢、  
 但你要記  
 着、牠以後  
 必要使你  
 大受苦楚。

消化不良。凡喫嗎啡成癮的人，往往從他初喫時起的十年內毒死，能存活過此時期的甚少，不滿此期而死的却甚多。原因或為胃痛，或為困乏，或為心弱，或為臂炎，或為流血，或為中毒，忽然間的去世。嗎啡最著的一個影響，即加害腦子和道德上的品性，最受影響的，即為腦子。腦子因了神經刺激，常受虛偽的感觸，比如一個人喫了嗎啡，會忽然之間作愚拙的決斷，應許的約又不踐行，凡百事情異常自私，作事不誠實，又猜忌別人，想別人常是害他。有一個醫生，無緣無故殺了他一個至戚，以後被控於法庭時，他全然的否認，一經調查，始知他曾喫過嗎啡。喫嗎啡者不都如此，其中有些人却是如此，常犯法律，放火燒人房屋，偷人東西，敗壞人家名譽，此種越軌行動，不外他們神志模糊。以上所提諸事的原因，全在喫嗎啡者的神經遲鈍，前腦的細胞減殺了，他的視力、聽力、嗅力等等，大受影響，所以思想不清，看不出世界的本狀，也辨不出他那樣行動的關係。他的行動成了他的習慣，喫嗎啡者，要在無習慣的環境中行些智慧事的確困難。他的大目的，只在多喫嗎啡，視別的事為無關緊要。總而言之，嗎啡的害處，足殘害人身體上的康健，挫弱他的腦子，使他作愚拙事情，列入瘋人的隊伍中，滅沒了他道德的性格，使犯法律。以上所引喀羅撒斯博士的話甚長，他為考察麻醉劑的專家，於我們提到嗎啡的禍毒

非常完全，凡地方上官員都一致聲說嗎啡的禍毒烈於鴉片。嗎啡至可怕結果之一，就是有必喫的嗜好，成了癮後，仍不能不喫。每逢嗎啡癮過了以後，覺得非常傷神、憂悶、痛苦、瘋狂。爲了要多得嗎啡，寧願兩臂打針，忍耐呼叫，既是腦子方面悲痛，身體方面遭苦，他就盡力設法，多得嗎啡，出賣各樣東西，即賣去妻子兒女，也所不惜，或說謊，或偷竊，或殺人。

### 赫羅因的害處

赫羅因另爲一種毒劑，運入中國的，也在大宗之數，他也由鴉片之成分提出製成，但比嗎啡猛烈四倍，禍毒與嗎啡



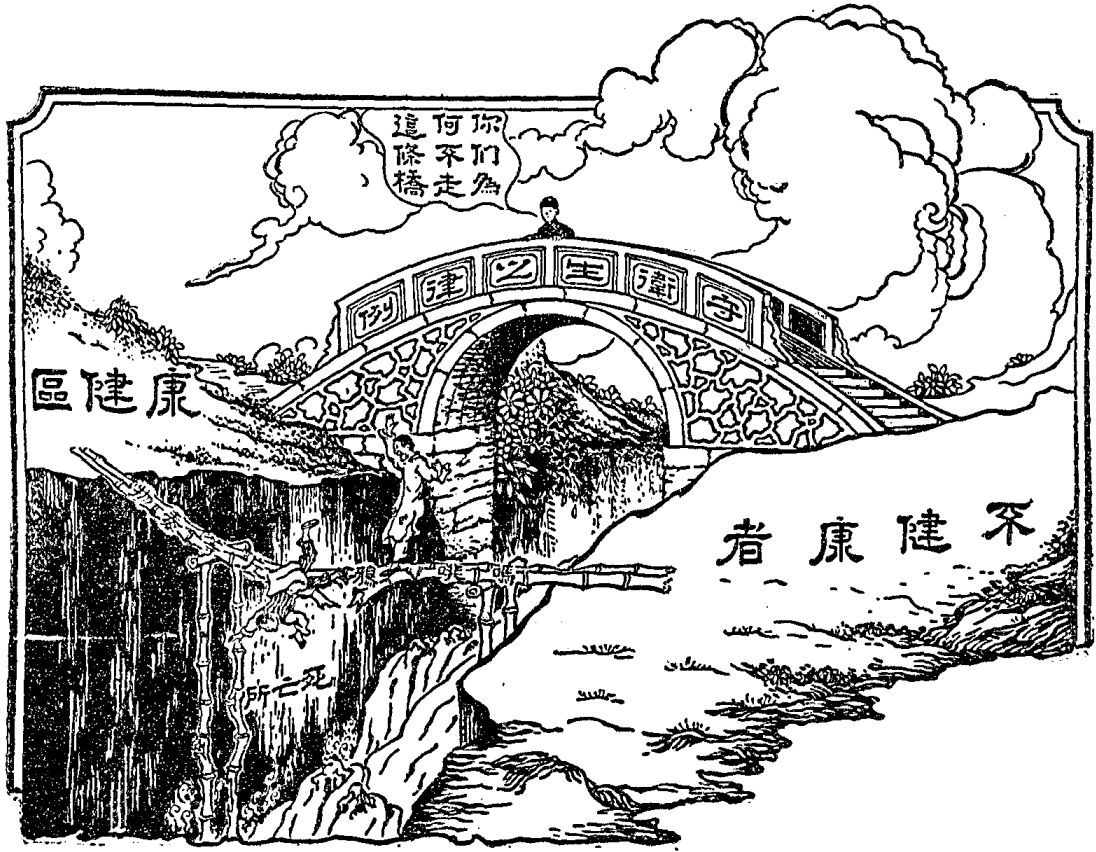
麻醉劑如同怒浪冲刷我國，使之毀滅，國民先受其害，而後繼之以困窮爲非作歹，結果釀成滅種之慘劇。我們若要堵住這些波浪，不受牠的侵蝕，須要建築一個堅固的保障，足以抵禦麻醉劑的氾濫。

相仿，惟較惡劣，赫羅因對於消化器，不像嗎啡那樣發生擾亂的影響，也沒有催眠藥那樣猛烈，但對於心與腦的影響却是很大。使人得意揚揚，加增他有辦事的能力的感覺，無所顧忌。至於他道德的感覺和責任上的識別，幾盡行抹煞不察。凡喫赫羅因的人，並不懼怕任何犯法之事，他犯了至大的罪案，尚以為此區區小事。在一九二四年美政府曾出令禁止國內製造赫羅因，像這種禁令，也甚盼望各國都應頒布的。

### 寇卡因的害處

寇卡因為醫生所用的一種止痛藥，使用者安適，有作夢似的滿意，疲乏的人用了，得恢復暫時的力氣，愉快輕鬆，非常活潑，口若懸河，事事興濃，故操神女生涯者類多服寇卡因，振其疲容，遂開笑顏，待這癮過了之後，心中憂鬱，輾轉牀第，不能成寐。喫了寇卡因一時之後，視覺聽覺就顯錯亂。寇卡因一種禍毒與嗎啡相似的，就是道德的職務傷盡，到後來似覺皮膚上有蚤爬行，胃口不良，弱態畢現，持久作事的性情，漸漸減少，奢望心與志願力都付諸東流，思想與工作都是凌亂無序，腦筋日漸變弱，形容憔悴，四肢疲乏，甚至能使人成為瘋癲。喫寇卡因者，痛苦異常，若要脫逃此痛苦的，惟有一個方法，即完全拋去不喫，盡力恢復身體原狀。喫者若能如此實行，他們一勞永逸的健康，就大有希望。





# 誘惑人之麻醉劑

## 第三章

論到麻醉劑這種東西，人的看法確有兩派，有人明明承認麻醉劑爲絕大之禍，然也有人說是有益的。我們對於這種問題，乃主張兩方面的意見，抱這種觀察點的人，以麻醉劑爲有益，而抱那種觀察點的人，就以爲是大禍。到底麻醉劑對於何等人有益，何等人有害呢。

麻醉劑於國家的仇敵看來爲有益的，因可使我們的民族敗壞身心與腦力，好使我們作他的奴隸。不愛國的官長視麻醉劑也爲有益，卽以此作爲他絕大的利源，勝於注重國家的幸福。匪徒看麻醉劑也爲有益，喫了使道德上的辨別力麻木，良心不再指摘他們是殘害同胞的。麻醉劑於妓院也是有益，用了麻醉劑，提起他們疲倦的腦經，使在不快樂的時候覺得快樂，身體負病的時候，覺得強壯。麻醉劑對於一般祇要錢不管害人的商人也是有益。一般妓院的主人，也以麻醉劑爲有益，因他們好向那服麻醉劑的父母，以賤價買着小孩。那些一知半解，專逞己意的醫

生也以麻醉劑爲有益，叫病人服用，可暫時隱瞞他的病症，而不以確切的方法治療。有的中外商人以麻醉劑爲有益，因別人買了他們的毒物，他們因此發財。關於自身病痛也，以麻醉劑爲有益，能使病人服此失却痛苦的知覺。那些甘願麻痺自己知覺的人，也以麻醉劑爲有益，祇圖數點鐘幻景的快樂，不顧念長期的康健。更有那些願速與世永別的人，也視麻醉劑爲有益。那些願作毒物奴隸的人，以麻醉劑爲有益。那些人不願享長壽，及有康健的身體，和銳敏的神經爲國服務的，也以麻醉劑爲有益。凡國家的仇敵，作破壞事業的惡魔，願見世人體力、知識、道德、和樣樣善事退化敗亡的人，都以麻醉劑爲有益。君若作此種的觀察法，就也必以此麻醉劑爲有益了。君若不作此種的觀察法，於是就不以麻醉劑爲有益了。

凡真正愛國的人民，要見中國富強，使列入於國際間相當的地位，乃以麻醉劑爲害物。凡願享遐齡的人，必以麻醉劑爲害物。凡願保持康健，靈敏腦海的，也必以麻醉劑爲害物。一般爲麻醉劑麻木道德感覺的匪徒，殘害良民，這良民就以麻醉劑爲害物了。父親花他所賺的錢，服麻醉劑，使妻子兒女無衣無食，又無幸福，這樣，妻子兒女視麻醉劑爲有害了。凡願發展國家實業的人，視此麻醉劑爲害物。學校以麻醉劑爲害物。教會以麻

醉劑爲害物。工人和勞力的以麻醉劑爲害物，因所賺的錢買服了毒劑害了身體，減少了多賺錢的能力。麻醉劑於富人有害了。因他們買服毒劑害了身體，麻木道德上的辨別力，最後不但身體毫無快樂，反而痛苦。麻醉劑於一般女子有害了，他們被父母賣至妓院，爲要得錢多服麻醉劑。麻醉劑對於一切願見國人遵守律法的官員，爲有害之物。凡從事改良人類道德的人，必以麻醉劑爲有害之物。人花錢買烟吸，就少買當用的貨物，此般發賣當用貨物的商人，就以麻醉劑爲有害了。麻醉劑於國家的經濟上有害了，常用千百萬元，購入害人的毒劑，使國家日漸貧窮。麻醉劑對於真實愛國之士，愛自由之人，及一切望世界經濟、實業、德智體三育上之發達的人，都是有害的。麻醉劑於一切善人有害，對於作麻醉劑奴隸的人尤其有害。諸君是否屬乎上述各界人士之一，果然，那末麻醉劑於你也是有害的了。人對於這麻醉劑的問題如何，可證明他的心念，或是愛國，或是賣國，或喜惡，或愛善，或尙私利，或講公德，心眼或明瞭，或黑暗，或足智多謀，或少見寡聞，或眼光遠大，或目力短小，或爲文化之友，或爲文化之敵，或事奉魔鬼，或事奉上帝，這些話未免激烈，然係實情。讀者諸君，你對於麻醉劑問題如何進行呢，或奮力反對麻醉劑，或提倡用麻醉劑呢。君若是吸煙或喝酒，應努力拒絕此種交易，因君業已經

歷、知道煙酒等發生甚麼害處。所以當努力阻止人勿入此險境爲要。

### 使人麻醉之藥

中國各處發售戒煙丸，銷場非常之大，現有一種借名的戒煙丸發售於市上，其實吃這種戒煙丸，比吸煙更壞。鴉片煙固含有毒質，但戒煙丸所含的毒質，比鴉片煙含的毒質更烈。鴉片煙固使吸者作他的奴隸，但是戒煙丸叫人作奴隸，更是苛刻。鴉片煙固已殺戮了千萬人民，但戒煙丸若不禁止，所殺戮的人必不下於此數。製戒煙丸所用之材料中，都含最强烈的毒質，如馬前子精、咖啡精、赫羅因、和嗎啡精，都爲主要的成分。馬前子精的毒質很是厲害，絕無良質，然每月此項毒品運入中國的，計有五千兩，漫無限制，凡要的就可運入，數目多少，也可隨要者而定。咖啡精也爲烈性的毒物，喫的人加增很快，也是沒有限制，每月進入中國口岸的，計有二千磅之多。赫羅因與嗎啡精，都由鴉片配合製造的，比鴉片還猛烈危險。這些毒物進入中國，都是私運，所以運進的確數不得而知。據算私運的，每月計有二千磅至四千磅之多。此類毒物，與糖、麵粉等混合製成戒煙丸，名目的丸藥出賣，每丸的成分，有二到四莛的赫羅因，或嗎啡精，三到四莛的金雞納霜，十四莛的咖啡精，少數的馬前子精。有些人喫戒煙丸，是裝在煙槍上，如吸鴉片煙一樣。

有些人是吞服。人服了這丸藥，果然拋棄了煙癮，是爲甚麼緣故呢。因見丸藥比鴉片更能引動人，服後的效力較大。凡鴉片所含的毒質，戒煙丸中都有，並且成分還多。人服了這些戒煙丸，身體受毒，勝於吸食鴉片，故對鴉片的嗜好，可以不想，猶如人飲慣了濃酒，不再想飲淡酒。手中用慣了快刀，自然不想用鈍刀。戒煙丸能力既比鴉片爲強，所以雖醫好了人的煙癮，然不知新成的癮，比那醫好的煙癮，反而厲害十倍，真是一前門拒虎，後門進狼了。」喫這麻醉劑藥丸，日增月盛的緣故，在價錢公道，上海每千粒一盒的戒煙丸賣銀二元，每人每天只吞服六至十二粒的戒煙丸，所生的效力，可抵吸一兩的鴉片。一兩鴉片費多少錢呢，就是戒煙丸價錢最貴，鴉片最賤的地方，一兩鴉片，至少也要合十二粒戒煙丸的價，貴二三十倍。價錢既如此公道，人人即能買，最窮苦的工人也易買到。鴉片既是價貴，吸的人大爲限制，戒煙丸，價錢便宜，有衆多人歡迎，喫成了癮。再者吸鴉片很是麻煩，且耗費光陰，須備煙槍、牀鋪等。吸鴉片難守祕密，因別人能以嗅得煙氣，人的煙量大了，他身上的煙氣不易掩蔽，一吸了鴉片，別人就能知道。但戒煙丸，不是如此，丸子甚小，袋中藏數粒，無人知道，當別人不見的時候，可以吞服，無論在何處，也能吞服。若吸一兩鴉片，須費許多光陰，但窮人終日碌碌作工，不可隨意多用時候。倘他的

煙癮大，只須每隔一兩點鐘吞服一丸，就可過癮了。因此種種緣故，服戒煙丸比吸鴉片便利得多，而又易守祕密了。吸鴉片的人，要斷除煙癮，還有希望，但服嗎啡的人，要斷除嗎啡癮，却少有希望。人喫了嗎啡，就作了最苦的奴隸，不能再管自己，心願除去嗎啡癮也無力能爲。他不能說，「今天我吞些戒煙丸，明天不吞。」服了嗎啡的，不能中斷，須接續的喫，把身體處在嗎啡的效力之下，當效力消去時，身體非常痛苦，須吞了丸藥才恢復原狀。人成了嗎啡癮，他的志願力往往失了。他作嗎啡的奴隸，甘心樂願，沒有要斷癮的意念，所以他少有希望了，那唯一的安全路途，即切莫嘗此種嗎啡丸。若要國人身腦敗落，那最便利、公道、快速的方法，莫如服喫麻醉劑藥丸。目今服此丸的，十分普遍，從中國各地寄來報告說，當地人民嗜好戒烟丸，我們應怎樣做呢。讓此種嗜好蔓延，養成孱弱的民族麼。我們知道鴉片的結果可怕，但麻醉劑的戒烟丸，若不快快禁阻，他的結果必更可怕。此種危險，我們可不自己提防，並警告別人麼。又豈可不趁早合羣反對，使人不敢作此麻醉劑的貿易麼。

今日在中國境內售賣的中西麻醉劑藥丸，有好幾百種牌子，裝放分紙袋、紙盒、洋鐵盒、玻璃瓶等等。顏色有黑、白、紅、紫等。名目稱補丸、咳嗽丸、金雞納霜丸、戒烟丸等等。凡製此

### 第四十面之圖的說明

(一)是紙袋內裝黑色丸藥拾粒，丸帶有香味，紙包上說，「善能補精生液，扶正却邪，五勞七傷，痰塞，氣逆，胃痛，身體虛弱者酌量服之，日久便有佳境。」且又說丸係「秘製」，但經上海工部局化驗室分析，「成分即為鴉片」，名目雖為補丸，其實乃毒人之劑。

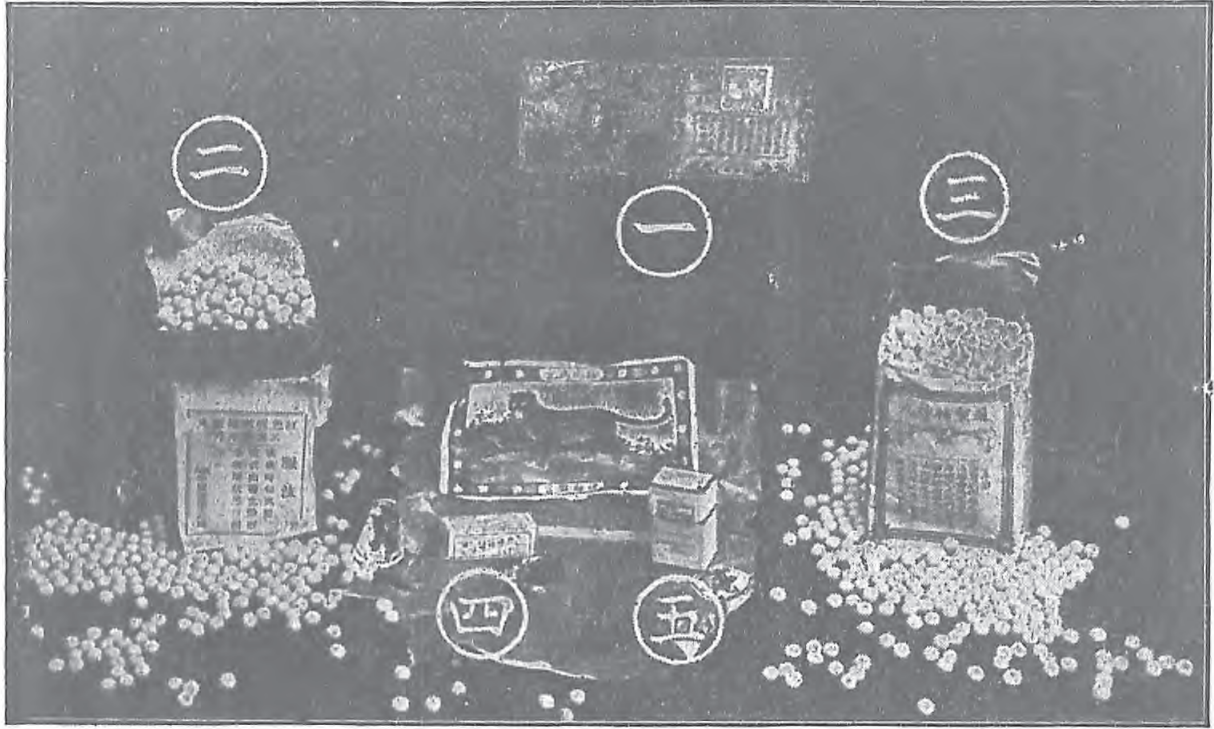
(二)乃是洋鐵盒內放一千粒紅色丸，經工部局化驗，說明此丸每粒重千分之二百七十格蘭姆，每一百格蘭姆重的丸藥內含赫羅因輕綠百分之八十二格蘭姆，辛可那因一又百分之四十八，咖啡精五又百分之四十，馬前子精少數，別的和以澱粉糖質顏色等等。盒的紙上印有「咳嗽補腦丸」。

(三)乃是紙盒內放一千粒紫色丸，化驗的說明，為每粒重千分之二百十五格蘭姆，每一百格蘭姆重的這種丸藥內含嗎啡因輕綠百分之六十五，辛可那因一又百分之六十三，咖啡精七又百分之七十二，馬前之精少數，別的和以澱粉、糖質、顏色等等。盒上印說，此丸「主治胃腕作痛，反胃，頭暈，頭痛，咳嗽，痰喘等症，及血枯，血虛，血少，四肢酸痛，行動無力，戒烟之後所患各症。」這類藥丸却完全害人。

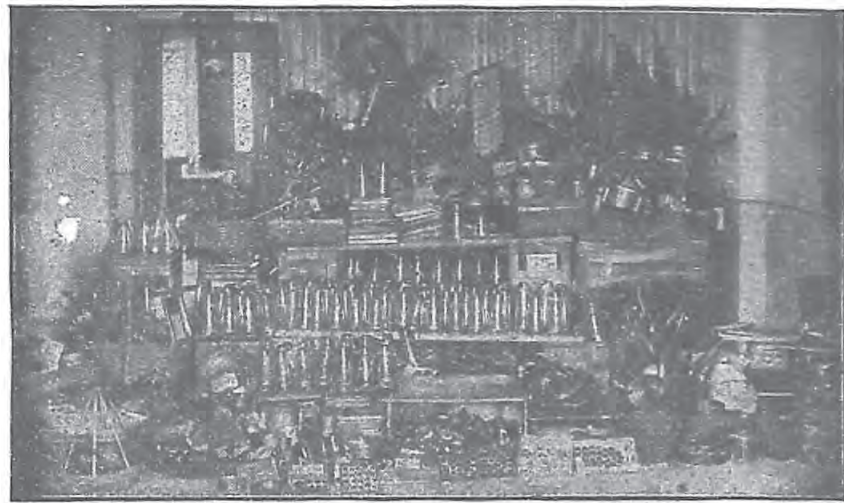
(四)是德國造的丸藥，主要成分為從鴉片提出的寇第印精綠鹽 *Dehydrochloride of Codeine* 盒中方單上說，「此丸功用能止痛安神，減少喫者的痛苦，須醫生准許，纔能入口。」然賣此丸之店中的人說，常有中國許多富人買以戒除鴉片，或不喫鴉片，而專喫這丸以代替，其實不過另外一式的鴉片而已。

(五)是由瑞士國輸入的藥丸，內中成分百分之九十為鴉片的底質，如嗎啡等等。製造者說，「此丸安神，止痛，催眠，惟服喫之先，須得醫生許可。」藥店人說，許多中國富人也買服此丸，以戒除鴉片，但須知道也是一種麻醉劑。





用試勿切們友朋的籍黑脫願癮斷你叫能不却癮過你叫能只九煙戒種各



項藥丸的人，想出千狡百詐的方法，屢屢改換牌號與藥的名目，以防被人查出。設若有時被人查出告發，此地的營業被禁止而封閉，就另逃到別處，將藥的樣式、顏色、名目，以及牌號，都更換了，再開張營業，且徧出廣告，把這種藥丸或藥片的效用，說得天花亂墜，可醫各種病症，其實一無所治。丸中之毒，足使身心道德大受損害。

### 麻醉劑無治病之能

假如你坐船行到狂風暴雨的海上，在靠近的地方，有幾樣的危險，而且你也清清楚楚的看見一座燈塔發光，指示你甚麼地方有危險，不料你竟破壞那燈塔，以為可不再看見那危險，你想這是聰明的法子麼。一定不是的。又如那燈塔破壞了，這危險的石頭仍舊存在那裏，不過你不知道，那

危險的石頭在甚麼地方，如此你的危險就更加大了。你的身體不舒服時，這就顯明你的身體有病。那疼痛不過是危險的警告，正如燈塔，使你在這狂風暴雨之際知道危險。這非快樂之事，所以知疼痛也非快樂之事，你只去掉這疼痛，但沒有去掉這疼痛的根。這樣的愚蠢，正是與破壞那燈塔，不避這顯而易見的危險是一樣。

大半的人，已有了疼痛，就要止住。「麻醉劑」有止痛的效力，如鴉片嗎啡、哥大因、安神藥、寇克因、赫羅因、依府兒、蒙藥、酒精、綠酸鹽的化物，並嗅的合質，都是能止住疼痛的藥。這樣止痛，並不能將痛的病治好，這不過是使人的神經麻木，不覺得再有疼痛罷了。當你的神經強壯，身體不如意的時候，就覺着痛。你的神經被麻醉劑麻木了，你的身體有最厲害的病，你全然不知道痛。可用麻醉劑把一個人的手腿砍下來，或將胃挖出來，使其全然不知疼痛。所以麻醉劑能使人有很大的危險。用麻醉劑麻木了你的神經，若是你有大而危險的病，你全然不覺，不管你的事有如何大的危險，或者你的疾病有如何的重，你完全不知道。這麻醉劑在你身體有效力的時候，可以叫一個病人舒服，並有直接致死的危險。

醫生必須先有完全的診斷，知道病人的實況後，有時用一點麻醉劑，爲的要治他的痛，

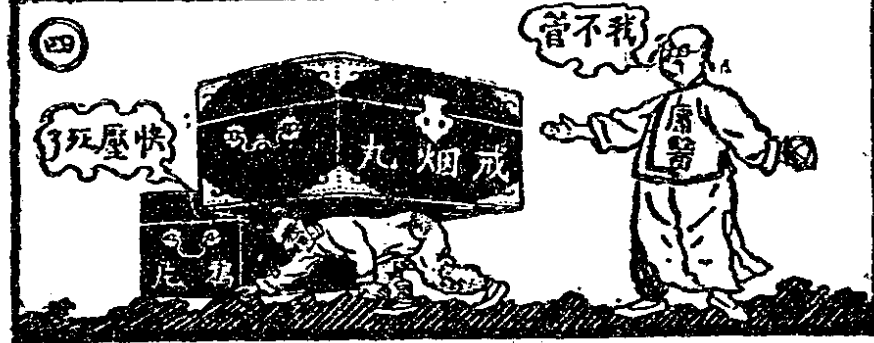
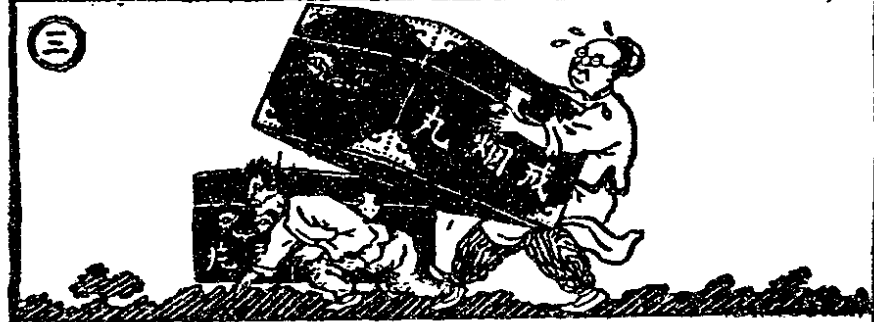
但不能治他的病，麻醉劑決不能治甚麼樣的病。麻醉劑就是毒劑，若是向病人用了，不過向病人身體另加了一個重擔子，這樣更難叫病人得着痊愈。

醉麻醉劑有一個很大的危險，就是養成了麻醉劑的癮，吃麻醉劑生出快樂、舒服的景況，不覺痛苦，吃的人很願意不停的吃，過了不久就成了癮，直到不吃不行。

有一個教訓，是我們都應當知道的，即違背康健的定律，就要生病。若我們想隨意吃、喝、睡、康健的定律一點也不管，又當我們有病的時候，我們想能夠設法用麻醉劑醫治，這樣我們就作很大的錯了。像這樣的麻醉劑，決不能治病。大凡疾病都是從違犯康健的定律而生的，要享康健，除非遵守康健的定律纔可以。你已經有了病，天然會盡力醫治這病，我們能夠用天然的治疗方法扶助天然力，或者我們用麻醉劑阻碍天然力。第一個方法是很聰明的，第二個方法是最害人的。第一個方法，是高明的醫生用的，他實在願意幫助這病人得着痊愈。第二個方法是庸醫用的，他惟一的目的，要得着病人的錢，害人與否他不過問。這樣他就給病人一點麻醉劑吃，使他暫時的不疼，也叫這病人想道：他的病已經好些，但是這藥真實的效力，正是成了一個反比例。

當你有疾病時，應當按着聰明的方法做，而盡力除去這疼痛的根由。如此這病既然去

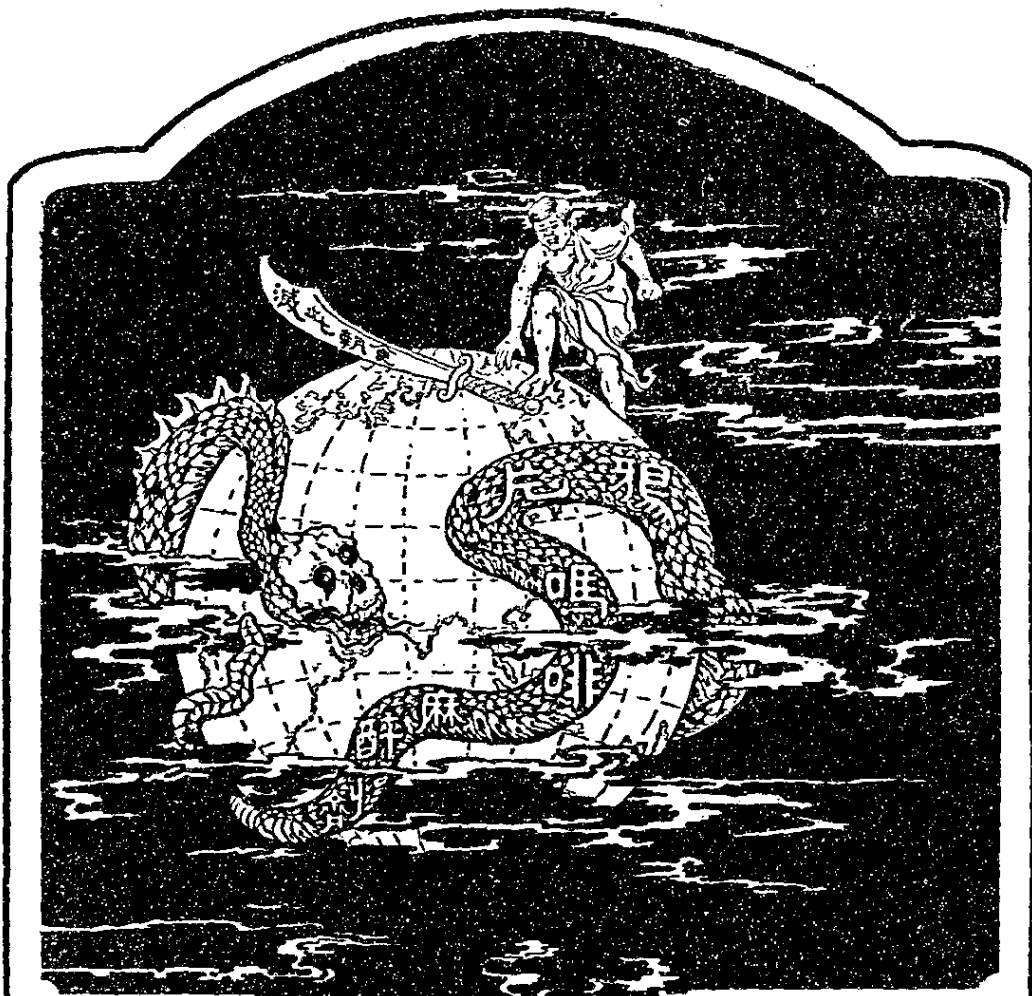




近有許多賣戒烟藥的廣告，吹得雲天霧地的說「服斷癮」，因此引得一般想脫離黑籍的朋友們信以為真，乃百計購服，以期可以斷癮。誰知不然，喫戒烟丸越久，中毒越深，直至如圖上所形容的，漸漸壓的動彈不得。到此地步，賣戒烟藥的人，錢賺到了手，你的死活他也不管了。

掉、疼也就去掉了。不要行愚昧人的方法，因為燈塔指示一種可怕危險的海岸，他就毀壞那燈塔。所以你不要毀壞這燈，乃要逃避燈塔所示的那危險，就是當去掉病根，永不  
再覺得疼痛。





鴉片嗎啡及一切  
 麻醉劑之害實  
 過於毒蛇怪獸  
 今其勢力已色  
 圍告界故志士  
 人應齊心努力  
 共謀抵抗當如  
 圖中的以危舉  
 利刃奮勇擊殺  
 此色圍告界之  
 毒蛇務使斬草  
 除根而後已

# 屏除惡習之善法

## 第四章

大概一個吸鴉片飲嗎啡的人，常問說：「我怎能戒除咧，怎能得勝這癮呢。」要回答這個問題，是很不容易的，因為喫上鴉片和嗎啡，比戒除癮容易。至於戒除，第一要緊的，在乎吸煙或服嗎啡者，不管怎樣的困難，怎樣受痛苦，怎樣的不便，歷多長的時候，總是將戒除的志願立定，不然必毫無用處。按實在情形，吸鴉片嗎啡的人自願戒除的很少，因麻醉劑的一種強力，將那吸者的志願力毀滅了。人的志願力既被毀滅，就不要立定志願戒除鴉片嗎啡了，他自己既不十分注意就治，別人即要醫治他也是枉然，所以要決願醫治，惟由自己。故此一個吸鴉片飲嗎啡的人，若要得着治療，最要緊的，就是在乎他下個決心，無論費多少事，或受多少痛苦，總是決意戒除，如此方有成效。

用麻醉劑的人，必須洞見這種習慣的危險，與鴉片和嗎啡的害處，並且恨惡作他的奴隸，更須願意付任何犧牲以圖脫離他的捆綁。他須樂意



完全遵從那能醫治他與他十分所信任者的約束。使他勝過這樣的習慣，並不是容易的。許多人曾吞服各種戒煙丸，或別樣的藥物，但他們所服的，不過是鴉片的變形物，所以這種東西，對於他所有的效力，正如以前吸鴉片時所有的效力一樣。那能使神經有快樂感覺的效力，與吸鴉片時所有的一樣，所以仍是等於實吸鴉片，因此戒除吸鴉片的習慣，切不可藉藥物來戒除。人在家中想要自己戒除煙癮，是萬萬不能奏效的，因他要在家中療治的緣故，是因為若到了不得已的地步，他還可以自主再吸鴉片。人若有覺着感受痛苦，而即拋棄療治的準備，他就永遠不能戒除煙癮。因此人若要自己在家中戒除，就不能收美滿的效果，他們惟一可戒除煙癮的盼望，須將自己完全交在精明醫生的手中，並須有一個不受賄賂，或為別樣方法所動，而給他們鴉片，或非醫生藥方中所許可之藥物的看護，常常看護他們。一個用麻醉劑的人，他的志願力很軟弱，自己大概不明白此事，他不知道在凡事上順從醫生的緊要，他以為自己的方法，與醫生的方法一樣完善。當無人在他旁邊藉醫生的權力，為他完全屏除鴉片和嗎啡時，及因他有了妙法，無論如何，他總是可以得着麻醉劑，如此他的煙癮終久不能戒除。因為這個緣故，在家中戒煙，差不多是不能的，所以凡真正要戒煙或嗎啡的人，須往醫院去按着

一定的方法戒除。

有煙癮或嗎啡癮的人，若肯受剛毅精明醫生的節制，便能加增他的志願力，使他竭力得勝這樣的習慣。戒煙的人，須有完全信託醫生的心，並完全遵行醫生所用的各種方法，這樣很能幫助他戒除。

然而他若是自大不信任，不完全受醫生與看護的節制，並且常常要用新的方法，他的癮就不能戒除。殊不知鴉片與嗎啡中有一種能力，正是使人發生不信任和自大的心，使他的心意不定，不願長久用一樣的方法。雖然服從醫生，是為他們自己的益處，但那些戒煙藥却使他們不願受醫生的節制。有鴉片和嗎啡癮的人，常常要有他們的自由，不願完全服從醫生。他們覺得他們可隨意出入醫院，但若准他們有這樣的自由，不久他們就可得着所要的麻醉劑，如此就不能戒除他們的煙癮。因為一個人若真正願意戒癮，與決計戒癮，並樂意忍受痛苦，樂意竭力幫助自己，就能戒除他的癮，不然就難以收效了。

凡人想要戒除服麻醉劑的習慣，應當往那有完全的設備，當他起了痛苦的現象時，可用安適的方法幫助他，而不用那損害他身體之藥物幫助他的醫院去醫治他。

治療這種病症，有兩種有效的方  
法，即立刻完全的撤去麻醉劑，與  
在兩三個星期內漸漸的撤去。按  
着所有的事實，那些得了完全效  
果的，差不多沒有不是採用第一  
種方法的。這種方法，就是將病人  
送到醫院裏，由一位精明、慈憐、誠  
實的看護在旁邊照顧，將鴉片立  
刻撤去，無論何時，決不准他再吸。  
這樣忽然的撤去，病者在八點至  
十點鐘的工夫之內，要覺得非常  
痛苦不安，因了在二十四點鐘以  
內，他所受的痛苦很大，而且這是  
一個猶疑不定，人若照自己的意



在這船上的每一個人，  
口裏似乎都有一個目  
的，就是要剷除麻醉劑  
的毒害，但他們因為不  
同心合作的緣故，所以  
不能有甚麼進步。人既  
然自認是要與鴉片宣  
戰，就應當聯絡一氣，同  
下總攻擊令，以滅此朝  
食。因護庇麻醉劑者之  
力既大，且強，所以凡願  
取勝的，必須得每一可  
能得之人的幫助，合羣  
力直前衝鋒才可以。不  
然，若在此種運動中的，  
有自相分爭的意念，如  
此盼望得勝的目的，萬  
難達到。

思，即不願再受療治的時候。所以此時若准他按着自己的意思行，在五十個人中，沒有一個願意再繼續求治的。

在這個時期當中，可以施熱水浴，與推拿法，而幫助減輕他所受的痛苦。患者必是坐臥不安，有的人或者也要腹瀉、嘔吐，自然覺着並受不住這樣的痛苦，因此就要放棄這樣的療治。但過了兩三天之後，他的神經越發安靜，就覺着越發舒暢了。

患者或以這種方法為極殘忍、極苛刻的，然而已有人用這種方法真正得了醫治，並且這個要算為獨一有成效的方法。最難的，就是不容易找一位有經驗，而知道如何幫助病人的看護。如患者腹瀉，就給他服一劑兒茶銻。失眠症、欠活力、神經系痛，就施以沐浴、熱水、推拿法、電療等等的手術。

第二種方法，就是漸漸的撤去麻醉劑，在頭三天內，須減少至平素所用之嗎啡的一半，在以後的兩三天內，須減少至四分之一。到了第二個星期的末了，所有的嗎啡，就完全減去了。即使用這種方法，在家中施行，也不能收美滿的效果，患者須在他能得着最好治療的地方施行。許多人要看第二種方法是最好的，因為在他開始戒癮之後，還可用兩個星期的嗎啡，然而這樣所受的痛苦為期更長。患者大半要放棄這種療治，而以

爲使他受這樣長期的痛苦，是極殘苛的。雖然第一種方法在二十四點鐘之內，患者感受的痛苦非常劇烈，但爲時較短，快快的就過去了。

凡戒癮者，所用的無論是第一種方法，或是第二種方法，最好在他的癮斷了之後，還由醫生或看護照顧兩三個星期，或一個月的工夫，因爲他的決斷力，既是這樣軟弱，應當使他有機會恢復身體的康健和志願力的堅毅。

患者在鴉片癮或嗎啡癮戒斷以後，仍是處在搖動的狀況之中，所以應需極好的照顧。此時易患失眠症、體弱無神，那用鴉片嗎啡救劑他的那一切舊病，到斷了後，仍將復發。可見鴉片嗎啡並未治好他的痛病，不過麻木了他的腦經，使他不知道罷了。所以他戒斷了癮後，起初吃鴉片嗎啡時的病症，應請醫生另行療治，此外並需特別調養，恢復那以先因吃鴉片嗎啡而損失的元氣。

吃嗎啡者斷了癮後，應極小心他的習慣，作工莫太勞苦，應極小心飲食。至於醫生方面，應切實叫那斷癮者實行生活上根本的改革，一功壞習慣都應除去，若不如是，身體必要重新軟弱，患頭痛胃痛等症，勢必再吃麻醉劑以事救濟。由此看來，戒絕鴉片嗎啡不是容易的，第一吸者須樂願決志戒除。第二，吸者對於高明熟知戒煙法的醫生，應絕對

聽他們的忠告，切莫想向庸醫買藥服下，如此甚易戒除。吸者如完全決願受治，抗拒再吃的種種試探，切實遵行本篇所說的話，於是在除絕鴉片嗎啡的事上可有美滿的希望。

### 除惡習可靠之方法

我們都知習慣的能力强大，把一件事作了數次，便成習慣，不易改除，等習慣作了我們的主人，我們即作了奴隸。我們知惡習慣足使我們衰弱，敗壞我們的康健，侵害我們的道德。惡習慣既成，心願得勝，力却不能，如此我們可有希望麼？對於惡習慣，既無力破除，可再有別的方法，以得額外能力，勝惡習慣麼？今試研究鴉片嗎啡的問題，許多人吃了以致成癮，不再享受自由。好多人樂願戒癮，但癮甚大，覺着不能制勝，似乎沒有希望了。然喫麻醉劑者，是實在沒有希望的麼？鴉片和嗎啡的癮如此束縛人，能在別處找尋能力制勝他麼？我們要回答這些問題，可詢問那些熟知麻醉劑問題的人。某日記者的一位朋友與某省督辦討論鴉片問題，督辦說，他信基督教有能力幫助喫烟者得勝烟癮。那時，有一位別的官不信這話，希奇督辦這樣的說法，但督辦極力的說這是實情，因他已親見幾個吸烟的人，做了基督徒戒除烟癮。他也知道還有許多吸烟者未曾信道，到

今依然伏處在吸烟的困苦中，所以這位督辦承認基督教有醫治這惡習的能力。某次一位美國著名研究麻醉劑問題的專家名西門博士 Dr. Carlton Simon 任紐約城副巡長之職，辦理喫賣麻醉劑的人，甚有經驗。計由他經手的案件有二萬次，把違犯美國麻醉劑律法的一萬三千人下入監獄。他對於美國七百城邑的麻醉劑情形詳知無遺，也已考查二十七國麻醉劑的情形，所以博士可算考察麻醉劑問題的大專家了。他演說時痛陳麻醉劑禍毒的猛烈，當時座中有一人站起來說：「西門博士，是的，你所說麻醉劑發生的禍毒，我們都很知道，但是我們所更要知的，乃是怎樣的治法。若人喫麻醉劑成了癮，如何可以醫好呢？」西門博士聽了這個問題，躊躇了一刻就回答說：「禱告。」於是衆人都靜默無聲，這句回答，出諸向不注意宗教之人的口，乃引人非常驚奇。停了一會兒西門博士接續說：「我應解釋我的那回答。我從未曾見過一個喫麻醉劑者，仍是堅持宗教道理的，我也未曾聽說過一個人不在道德屬靈方面重生，而會奮鬪脫離麻醉劑，安享自由的。卽有已受醫藥療治而斷癮的，但到體弱時，又會重新再喫。若他有了宗教上的改革，斷了癮，就不會再喫，所以由我的經驗而說，禱告實爲治療的祕決。」又有一位美國著名海軍軍官，後任國會議員的赫勃遜 Captain Richmond Hobson 是



第四章

屏除惡習之善法

麻醉劑的害處，是人人都知道的，各國對於這些東西也說是當剷除的，但是他們都彼此等候，盼望別國先行除滅。各國對於除滅此等毒物，竟這樣故意的謙讓，真正令人不解。倘若各國再彼此等候，任此毒物蔓延，就必要像破船行於險惡的波浪中，頃刻就要沉下去，都必要遭滅亡了。

討論麻醉劑的專家，他述下面的話說：「許多醫學家考慮這麻醉劑問題，已費盡心力，以為麻醉劑的痛苦幾不能療治，都希望發明一種方法，可完全治愈那喫的人，然此種方法終未發明。喫麻醉劑者如以宗教的感悟，改革他的內心，可算唯一的自由希望，恢復他心身的原狀。上帝賜人能力，恢復那被毒劑已殘害的肌肉和腦子，引人安享較好的生活。但若無從上帝來的能力，那些喫麻醉劑成癮的人，得醫好的真是不多。」



上述兩段的話非常奇異，因不是出諸應講這話的傳道人之口，乃出諸向不注意基督教之人的口中，他們說的只是從自己經歷上所已觀察的。想閱本書諸君中，有的能從自己經歷上，可作此同樣的證詞，也屬意中事。但基督教怎麼有這樣偉大的能力呢？那能力從何處而來呢？那能力怎麼會成我們的能力呢？對我們將作甚麼事呢？我們第一務須牢記的，即犯罪的人不得自由。耶穌回答說，我實實在在的告訴你們，所有犯罪的，就是罪的奴僕。（翰八章三十四節）此話是對世界一切之人說的，因他們偏離正路，一同變為污穢，並沒有行善的，連一個也沒有。（詩十四篇三節）我們無論怎樣立定主意，行善不行惡，到底不能如願而行，保羅在下列的話中解釋說，我所願意的，我並不作，我所恨惡的，我倒去作。……我也知道在我裏頭，就是我肉體之中，沒有良善，因為立志為善由得我，只是行出來，由不得我，故此我所願意的善，我反不作，我所不願意的惡，我倒去作。（羅七章十五節十八節）我們願行善的時候，而有一種能力反使我們行惡，這是甚麼能力呢？犯罪的是屬魔鬼，因為魔鬼從起初就犯罪。（約壹三章八節）我們在拒惡的奮戰中，並不是與屬血氣的爭戰，乃是與那些執政的、掌權的、管轄這幽暗世界的，以及天空屬靈氣的惡魔爭戰。（弗六章十二節）你們的仇敵魔鬼，如同吼叫

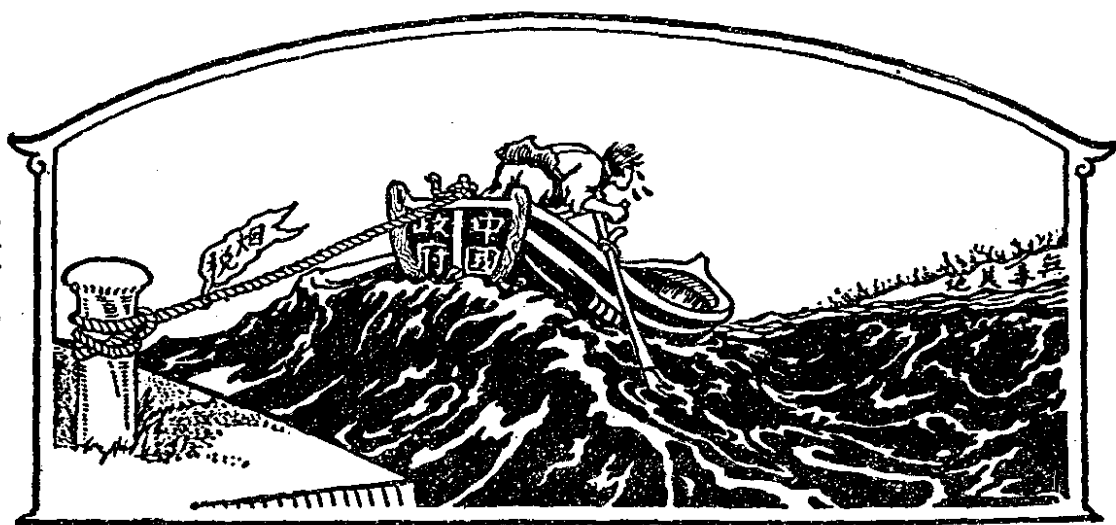
的獅子徧地遊行，尋找可吞吃的人。(彼前五章八節) 我們無論在甚麼地方，撒但常在  
 那裏竭力引我們作惡，施用一切巧計，引我們滅亡，他若能誘我們犯罪，就知他的能力  
 已管束我們，作我們的主人，叫我遭受死刑，聖經說，「罪的工價乃是死。」(羅六章二十三  
 節)「犯罪的，他必死亡。」(結十八章四節)「私慾既懷了胎，就生出罪來，罪既長成，就生  
 出死來。」(雅一章十五節) 這些話解明定例不能通融，都知我們違背了康健定例，必致  
 患病，違背了火的定例，必致焚燒，違背了上帝的定例，也必遭永死的刑罰。從這定例顯  
 明上帝智慧仁慈，及公義。我們知犯罪者受刑就是公義，若犯法者能任意妄為，虐待同  
 儕，而不受刑罰，這樣豈非成了萬惡可怕的世界麼。要保持和平幸福，須當遵守法律，此  
 為盡人所知。法律一不遵守，便立見擾亂憂慮，要世界有和平，既須遵守法律，那麼達到  
 此步，勢須除去那些不願離開惡路，遵守法律的人。  
 再按實在說來，我們都處於罪的捆綁之中，因人人都犯罪孽，即我們要行善事，奮力攻  
 擊那領我們滅亡的大能撒但，因為我們的罪惡，被定為永遠的死亡，這真處於痛苦情  
 形之中。保羅大聲呼說，「我真是苦阿，誰能救我脫離這取死的身體呢。」(羅七章廿四節)  
 保羅說這話時，十分明白話中的意思。此關乎世界最重要的問題，要得其回答，也為當

行的至要之事，從其回答中可找着永生，不會見可怕的報應。保羅既詢問這至重要的問題，也向我們發了至重要的回答，如羅馬七章廿五節說，「感謝上帝，靠着我們的主耶穌基督就能脫離了。」保羅在別處又更解釋說，「你們死在過犯罪惡之中，他叫你們活過來。那時，你們在其中行事為人，隨從今世的風俗，順服空中掌權者的首領，就是現今在背逆之子心中運行的邪靈……上帝既有豐富的憐憫，因他愛我們的大愛，當我們死在過犯中的時候，便叫我們與基督一同活過來，你們得救是本乎恩……我們原是他的工作，在基督耶穌裏造成的，為要叫我們行善，就是上帝所預備叫我們行的。」（弗二章一節二節四節五節十節）「若有人在基督裏，他是新造的人。」（林後五章十七節）「他兒子耶穌的血，也洗淨我們一切的罪……我們若認自己的罪，上帝是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」（約壹一章七節九節）簡而言之，這逃避罪惡的方法，已說得明白。我們既被撒但的能力帶入罪惡捆綁之中，自己便無力使自己自由，然我們願意，可從基督得到能力，受享自由，「天父的兒子，若叫你們自由，你們就真自由了。」（約翰八章卅六節）基督又對我們說，「人若不重生，就不能見上帝的國。」（約三章三節）我們已在聖經中讀過基督願意接受凡到他跟前的人，把他們造成新

人，不再有犯罪的行為，只行善，就是上帝所預備叫我們行的。（弗二章十節）

今普世有千萬人民能以證明基督的能力重造他們，使做新人在南洋羣島，有好幾萬從前食人肉的人，今能證明基督的能力，把他們從食人肉的惡習中救拔出來，安享自由。在非洲也有千千萬萬的人民，也能證明基督的能力，幫助了他們脫除最殘暴野蠻的路途。在文明國度也有千萬人民，承認耶穌的能力，幫助他們制勝惡習。就在中國也有許多人證明耶穌給了他能力，制勝最痛苦的習慣。諸位，也可得基督給你力量，使你做成新人。你豈不要領受他的權能，使你自由麼？上帝不要見世人滅亡，主所應許的，尙未成就，有人以為他是耽延，其實不是耽延，乃是寬容你們，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。（彼後三章九節）主耶

第四章 屏除惡習之善法



五十九

呢岸彼到達能不何爲人此（語隱）

和華說，我指着我的永生起誓，我斷不喜悅惡人滅亡，惟喜悅惡人轉離所行的道而活。以色列家阿，你們轉回轉回罷，離開惡道，何必死亡呢。（結三十三章十一節）上帝切願你捨棄邪路，尋求永生，並已設法領你脫離惡習，而得到生命，只要你誠心依靠他就是了。

### 戒煙的奇蹟

約二十年前，有一個中國美貌的女子，僑居在美國舊金山，在該地中國女子中稱她爲最美的。然而她的品格不良，開設罪惡機關，羅致蕩婦，又嗜好鴉片，私運私賣，乃她的慣技，因此常常擾累官員。以後竟因受煙毒身子成爲軟弱，不久嫁給住在勞斯安極而司包造房屋的中國富人，我常醫治他部下工人的疾病，所以認識了他和他的妻子，我也與該富人結交了好友。某日這人到我辦事處說，「醫生，我今有難處，已病了好久了，我未將此困難告訴別人，然而我深信你能扶持我。我身罹此病的緣故，因吸了鴉片，我請你設法斷我的煙癮。」我就領他到一處醫院，醫生特別照顧他數個安息，他經了長久的奮鬥，竟能得勝煙癮，非常快樂，極願他的妻子也能戒除鴉片。但戒除他的妻子的吸煙，即難得效果，因她十分瘦弱，容貌清白，沒有精采，丈夫勸他多次戒煙，却是不能。她吸煙甚久，煙癮又大，幾乎失了知覺，每天幾吸五十厘之多。她在罪海中越墮越深，作鴉片

的奴隸，那主人鴉片揮暴虐的鞭子驅逐她，要趨入那死亡的坟墓。此時該地官員，正派人搜查她的家，見她藏了許多私行運賣的鴉片，隨科以極重的罰金，官員並斷定她應下獄之罪。不准帶鴉片吸，或者入醫院戒除。但她說若有我的照顧，願入醫院就治。我們便照此辦理，帶她到本教會羅馬臨達醫院。先十三天內，她的身體和腦子已入了危境，似乎難以生存，她的左身也是很麻木，處在此種景況之中，歷有兩個安息（即兩星期）以後，身體漸漸復原，腦子也漸漸清楚。我就告訴她，因在天之上帝，能賜她力量，從此她就立志研究上帝的道，她的希望越加光明，志向越加堅固，她的身靈天天就健全了。此後她領受浸禮進教，不單戒除鴉片，也棄絕偶像。她說，上帝已除去了她吸煙的嗜好，賜給她新身、新腦、和新心，乃非常喜樂。以後官員見了她，不信她就是先前的那個婦人。待我向那官員說明了原委後，該官員知已行了一個奇蹟。因別的許多吸鴉片者入醫院戒除之後，尙想念鴉片，重新再吸。諸友阿，上帝爲這婦人所成就的，也能爲你成就。諒你對於鴉片的嗜好，未必較此婦爲重，上帝既能扶助此婦戒除重量的煙癮，自必也能助你戒除輕量的煙癮。此婦得着絕大的改革，足證有上帝的全能存在其中，也可證明現今還能行此奇蹟。你若吸鴉片，自覺無力戒除，上帝却要賜你能力，使你再作自由之人。



# 烟香與之人名

## 第五章

魏達爾博士於一千九百十八年辭美國工程學校校長職時，演講說：「有些科學家曾對平民盡力提倡禁烟，惜成功歸於泡影。而向一般有思想力之人士，已證明香烟中之尼哥丁毒質大害人體，減人之智識力，故目今最多數之科學家及工程師，皆不吸烟。」

美國外科名醫麥約君，某次宴請衆多外科醫士，席終，他發言說：「我人盡知今日的俗尚，每飯後必以香烟爲敬，然我不這樣行，因我自己不吸烟，亦不贊成吸烟。」

英國曼徹斯透商城的「Beacon Light」雜誌，對於一九二一年夏天來英游歷之世界影戲大王卓別靈如此說：「卓別靈不吸烟，又爲一滴酒不飲者，故其參觀賽力會、游泳池、及網球場時，加入運動，無不擅長。」世界打彈的好手何怕，當孩童之時，見烟酒能使人腦筋軟弱，故對於烟酒從未沾唇，是以無人會聽他起過誓，或見他發過怒。



美國加利福尼亞大學滿勒君，爲美國當代最著名之足球家，終身不嘗煙酒。美國民主黨連被提名三次作總統之布力恩與羅斯福、塔孚脫、威爾遜等總統，與華府之裁減軍備大會會長休士及世界最富之人羅基弗勒氏，並中國著明政治家伍廷芳博士，皆爲出衆之人物，他們不吸香煙，並勸別人不吸，且向人示以吸煙之害。曠觀世上商界、職業界、或政界中大告成功的領袖，他們多不吸香煙。至於那些無能的工人，及不能負大責任，不得大薪資的職員，他們多喜吸香煙。煙香之爲害，大足阻攔各種事業之進步與成功，故吸煙之人，能達到出類拔萃之地位的，實在不多。

### 香烟中之毒質

香烟毒質能弱人的腦力，減人的智力，所以名人多不吸煙，以免中毒。按英倫蘭克脫化實驗室關於香烟所含之毒質，報告如下。

- (一) 青酸 Prussic Acid 烟霧甚毒，軍用之毒氣卽爲此氣。
- (二) 阿摩呢亞 Ammonia 其氣無色，吸之甚毒，於黏膜殊受損害。
- (三) 石炭酸 Carbohc Acid 有強力之腐蝕毒性。

(四) 阿各里哇里以尼 Acrolein 性易燃燒，氣頗難嗅，對眼目施發震力，甚毒，用以製造戰爭時之毒氣。

(五) 洛脫丁 Lorodin 毒性甚強。

(六) 炭一酸化物 Carbon Monoxide 爲極毒之氣，吸之立覺眩暈，最後必至局死。每一兩香煙，可展發炭一酸化物約三十五立方英寸。

(七) 蟻酸阿爾地海地 Formic Aldehyde 性能塞住人之呼吸，氣味劇烈，甚毒。

(八) 麥錫羅明 Methylamine 此氣無色，惟有阿摩呢亞強力之氣味。

(九) 沼氣(石炭輕強洽) Marsh Gas 無色，朽爛植物所發出之氣泡，含有沼氣，動物體內亦有此氣。

(十) 維立丁 Viridin

(十一) 坎立丁 Callidin 有毒性之腐蟻。 Poisonous Ptomaine

(十二) 辟可林 Picolin 無色之流質化合物。

(十三) 派復林 Parvolin 青花魚，或馬之爛肉內也有此質，乃爲一種腐蟻。

(十四) 考立丁 Coridin

(十五) 勒別丁 Rubidin

(十六) 輕氣硫酸鹽 Hydrogen Sulphate

(十七) 塗膠之生成物 Tarry Products

以上十七種，乃為香煙中所含之毒質，尼哥丁毒質，尚不在其內。苟加尼哥丁，香煙就共有十八種毒質了。

### 香烟之與人體

某體育管理員說，「我一已親自檢察一萬四千青年人，按普通之觀察，我可說，香烟最足損害兒童的腦筋，並阻礙其身體之發育。茲有一明顯之憑證，即數年前，余之大學三年級學生組織一棍球隊，內有一少年人性好運動，能立場中接球，但當遊戲到要分勝負之時，就每每失敗了。我好久不能明白是為甚麼緣故，等我查察，遂知該少年人每乘團體人不見之時，即私吸香烟。我見凡吸香煙之少年，其忍耐力不及於不吸煙的。數位已戒絕香煙的少年，告訴我，他們能站立很久，奔跑很速，而不喘息。我信吸煙，大為少年從事運動之阻礙。健身會中，有一會員，已從國中良師習學拳術，很是精通，可惜他因



圖中的大人，乃示世界許多人，自己袋裏放了酒瓶，口裏吸着香煙，却勸青年勿吸勿喝。他自己從經歷上，曉得煙酒有害身體，他所勸告青年人的話，的確好。但請問諸君這青年人，是要聽從他的勸言，還是遵行他的榜樣呢。父母因不要他們的兒女飲酒吸煙，自己就當以身作則。至於吸煙飲酒的嗜好，固然很難斷絕，但爲要拯救自己兒女脫離禍毒起見，而立志斷絕，乃是理當的。

煙癮甚深，不能敵我五年級的學生。我告訴他或停止習拳，或停止吸煙，兩擇其一。以後他告訴我他已停止吸煙，我聽見甚是歡喜。」

美國耶魯大學運動部管理員說：「我們對於吸煙的人，已作多次檢察，察知煙實有害發育之兒童與少年。吸煙的人在大學讀書所得成績，必不及不吸煙的。又身體也不若不吸煙者之健全，肺部的容量也薄弱。所以我力諫本運動部的少年，如不能立即戒絕香煙，亦當減吸至極少的限度。」

波威爾將軍及湯勃森兩人，乃世界童子軍的領袖，他們皆極反對童子吸煙。如波威將軍說：「童子或成人，欲終身恃其堅定之腦筋，及敏銳之視覺行事的，切不可吸煙，因香煙有害活潑堅決的精神。當青年時吸煙，所受之害較壯年吸煙之害更大。所以充任童子軍或兵士，或別的職務，欲有清明堅定之腦筋者，切莫吸煙。」

畢爾士女士當歐戰時，在巴黎作國家講演員，於路途中遇着一人携小犬數頭求售。其母犬雖小，按其種類，體格尙屬平常，然其犬絕小。女士問說：「此犬爲何如此細小？」那人初似不願答覆。後女士再問，乃回答說：「當小犬極幼時，在他每日的食物中放煙之毒質尼哥丁少許。女士又問，其尼哥丁曾否毒死小犬。那人回答說：「毒死多頭。」故其尙存

活之小犬、擬討大價錢出賣。此數頭生存之小犬、與吸烟中尼哥丁毒之兒童不同的、即

兒童不能得

大價錢而已。

理財家、樊德

別爾脫忽於

巴黎逝世、據

當道公報宣

稱他死的情

形、乃因烟癮

過深、釀成心

症所致。

英國倫敦電

云、英國二偉

人如勃力更海及司法官、因眼疾、經醫士之勸告、須戒絕香煙、否則眼疾無望、必至失明。



狀之後吸已為右狀之煙吸未為左人一乃圖上

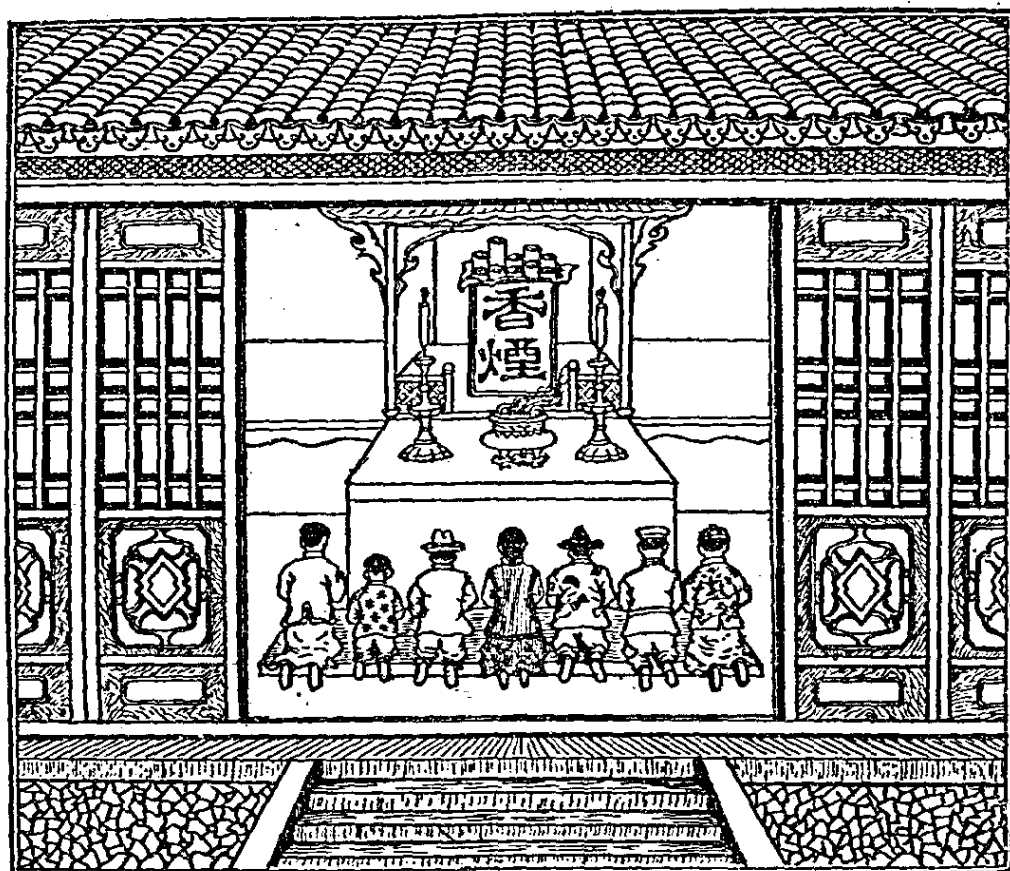
因此全國有攻擊吸煙之運動，對於一般吸煙之行政家，尤爲注意。

曼約醫士，乃紐約哈蘭街之著名眼科醫士，在美國醫學雜誌登載有他論眼科之傑作。他說吸煙足使眼目失明，香煙、雪茄煙、或煙管所發之煙，不僅進入眼內，亦將毒質傳入血內。

夫人欲長壽，亦不專以講究起居爲足，如克蘭斯醫士投稿「生命與康健」之雜誌說，「有一居於舊金山之百歲老人，吸煙已歷七十五年，克團斯醫生之友去拜訪他，見其口啣煙管，查知他已多年耳聾眼瞎不能工作，賴人扶養已三十年之久。該醫士又於同時訪舊金山另一老人，享年一百零二歲，但看他的容貌好像六十歲的人，行走輕捷，精神矍鑠，全體並無痛苦，視覺與聽覺皆屬完善，樂享高壽，其所以能如此的，乃因他終身未曾吸過煙。」

據統計學家證明美國人民每年因肺炎疫而死亡的數目甚衆，若病人不吸香煙，在死亡的數目中就可有二萬人得痊愈。

美國將軍兼外科醫士克明氏根據政府的報告說，「婦女嗜好吸煙的易患神經病及不眠症。婦女吸煙所受之害，較男人吸煙所受之害爲更大，因婦女的神經系較男人的



世間最大之神乃為香煙今華人崇拜者為數頗多

組織更為完備，故其受害之反動力愈為劇烈，損其容顏，使面色漸變灰黃。」

夫香煙有安神的效力果然不錯，但神經為人身的守望者的職務，在警告我們體中有何病症。神經覺何部痛，乃即身體需幫助的記號。至於將香煙安神，並不能療治病症。如不以煙毒殺滅守望之神經，那若盜劫的病症，就不能為患了。香煙對於成了者身體最有害的，即使心臟血管變弱，如心臟擴大、心門漏血、血管皮變硬。諸多患瘋癱症而死的人，皆因其腦筋中



之血管已中煙毒，如未受煙毒，就決不致患瘋癱症。尙有千百萬男女患別的病症而死，於非命的，他們若不嗜好吸煙，可決定不能患那樣危險的病症。

### 煙草與身體之影響

有時經濟家覺得對於人民以他們有用的金錢，買無用之物，不必加以論斷，只相信他應當記錄其事實，但金錢用在衛生或不衛生，道德或不道德，有滋補或損壞的事上都與他毫不相干。

雖然如此，但由價值一面評論，我們應不只專問人所買的，更當問爲他們的利害所當要買的，若他們更加明白，就知道他們所當要買的了。價值的真分別，不是在乎商品的興盛。投資於茶樓酒肆，或有害的食物，或淫詞的書畫，或秦樓楚館，比較投資於清潔水道，修理街市，開通溝渠，建立學校醫院，真有天地的分別。

所以我們第一步的工夫，就是要發明煙草的原質，究其是否如同有滋補的食物，或如有害的鴉片，在不同的時間由許多人已經想過這樣的事情。

可喜的，現在我們有了充分的消息論到煙在人身上的影響，並有憑有據的，可以回答這些問題。

## 心

煙在人的身上與心部有極大的影響，其常有的就是使心臟收縮不能按時伸張，失去原來跳動的次序。衛林門阿斯勒君用他三個朋友作引證，他們都是強健有力的人，忽然死了，似乎是由煙草使心系受影響所致。

醫學博士喬治菲協同耶爾美白勒由考查而得知吸煙能增加心的跳動與血的壓力，在操練之後，很使心的跳動一時難以恢復原狀。這種影響是屬乎吸煙而有節制的人，同很精強而吸煙不久的青年人。今有美國米西干省巴特客內客衛生療病院的院長客拿革醫生，已查出煙使人心受影響的憑據，將其結果列入「吸煙主義」的書中了。一切要緊的查驗，都是他親自施行的。他知道每個著名人，都承認煙為害心的毒物。

## 血 壓 力

約翰何卜肯司醫院的醫生姜衛，對於血之壓力的論斷說，「煙，或尼哥丁，鹹質，有很大循環工作的力量。尼哥丁，在動物的體內，能大大的加增血的壓力。有兩個人在吸煙的時候，曾暫時注意他們的動脈漲大，最能顯出痕跡的時候，就是吸過了利害的煙，在吸過之後一點多鐘方不顯了。」

論到吸煙於心理衛生的關係，約翰何卜肯司醫院，管理心理試驗室的李白司醫生，對於所查考的功効簡單的記錄如下。「強健的人吸一支雪茄煙，或三支香煙的反應，是發生心臟的收縮，不能按次伸張，並使心臟膨脹機，在跳動上受血的壓力。這種反應的形狀，人人不是一樣的，而且每天的反應也是不同。

一羣吸煙的病人，比較一羣不吸煙者所患的病，同很重的癆症，必過於百分之十，動脈的改變，必過於百分之六，脈跳之速，必過於百分之十五，牙骨爛者，必過於百分之十五，爛去牙根肉者，必過於百分之十三，牙窩膿炎者，必過於百分之廿七。由此吸煙者的口，常有不好的病態發生，這也是普通的人大半能注意的事。吸煙使動脈的改變，已經由動物身上得了許多實驗。由診斷的觀察，世界頂著名的醫藥家，都說到最嗜好吸煙的人，都有同樣的病態。

### 腦 系 部

煙草與腦系部的關係已經由醫士克拉克查驗過了。他論斷說「煙原來是心臟脈管的毒品。他在神經系的發育具上，急施毒質的關係，第一，就是提神同和軟的抽搖。第二，阻止司動腦系，至終使心肺之中與外表的腦線癱瘓。但在腦系部慢性的關係，他還沒

有精密的查驗，惟顯出傳腦中血盈的毒，脊髓同外表腦線，在末後的感應，必致因病生腦系炎了。」

肌肉動作的精密，是由菲協同白勒的考驗，畫兩條線在相挨平行的痕線之間，或以一金屬的薄片作記號在每次吸了一支煙之後，就明明的要減低了。也知道每次吸一支煙後去拋球玩，肌肉一定要減低百分之十二，若吸了兩支必要減去百分之十四半。這種事實，於兵丁有莫大的關係。據菲協醫生同白勒教授對於兵士射彈的考查，他們就知道兵士休息後不吸煙，射擊的能力必增加，若吸煙反倒更顯退步，而且吸的越多，精力就越減少了。

## 眼 目

尼哥丁與腦線的影響，由最著名神經演說家佛蘭克的查驗，最有趣的就是與視線的影響。多吸煙的人，多受眼睛發紅斑的痛苦。

由醫士客拿革的考查，知道酒烟兩樣相並合，能使光線錯亂。但他也說，專是尼哥丁，也使視覺朦朧不明，他並查出人眼發花，常是因吸煙所致，並且改變瞳人。

烟草損害目光，已經有杜林醫生在某煙草工廠考查，工廠的工人，是由三十五至六十

八歲的，他們在廠中算爲很有烟癖的人。他知道他們的眼睛漸漸的變爲雙目不明，兩個瞳人常是顯出收縮。在初期傳染的時候，視線上常是發生紅疱，他就相信這種禍患乃是因尼哥丁而有的。眼睛泗膜的戟刺，常是受烟的影響，並是直接因吸烟纔有的了。

### 癆病瘤同別種病的傳染

路曼教授說，除石匠之外，別的五萬種職業，因癆病而死的人數，莫有過於製烟的人了。胡德博士，在哥倫比亞大學的考驗，使他斷定烟草爲致肺癆的原素，是一定無疑的了。當人患呼吸不暢的喘病時，而吸烟的習慣更使其作難。

嘴唇生癰的百種病態，由紐約葉比博士的考查，就知道十個女人，同九十位男人，幾乎每一位男人都是有烟癖的。有一個頂不好的，就是癰生在一個女人的舌上，後經查驗知道是從他吸烟的一邊有一個壞牙所致。在腮邊發生的癰病，有十三種病狀，顯明病人都是嗜好吸烟的，得了這種不治之症。鼻喉同耳，因吸烟能傳染病症，是由許多皮膚診斷家所公認的。酸酷瘰症，也是吸烟的

人普通有的病。有的病症，是使其不覺饑餓。血虧症，也是常吸烟的人所有的。這些病，顯明是由烟毒損傷消化機關所致。

### 體 質

從耶魯同亞美赫司提兩個大學的學生體格的計量，就有了事實的斷定，知道那些在大學的時候，不吸烟的學生，比那些吸烟者的重量，要多些，身體要高些，腰部要寬些，肺的呼漲力要大些。施非爾醫生，在耶魯大學已經試驗過，他查出吸烟者，比不吸烟者，雖然大一歲多，其重量也不過只重兩磅多，但他們要短七耗，而肺部的漲縮力，平均要少八十立方糵。他也知道當他們在學堂的時候，不吸烟的學生，是比吸烟的學生，體重的加增，要多於百分之十，要增高的有百分之廿四，腰粗要增加百分之廿七分七，肺部的呼吸力，要大有百分之七十七。

醫士赫其哥克在亞美赫司提大學有相似的查驗，就知道不吸烟者，比吸烟者身量的加增，為百分之廿四，不吸烟者的高度，過於吸烟者所得的高度，過於百分之卅七，腰寬則有百分之四十二。其肺部呼吸的伸縮，相差為八個百分之卅六立方寸的分別，（約百分之七十五）所以不吸烟者得以優勝。

爾大大學的教授巴克，查出吸烟者在競爭上，必次於節制不吸者，以下提出幾要端，是由他所查出來的。（一）在球隊上能得成效者，吸烟的與不吸烟的相比只有半數。（二）強健的人，因吸烟失去肺部伸縮力，為十分之一。（三）吸烟的人常是列入低級的人中。照着克拉克大學的教授克氏的研究，知道在體育上能奪錦標的人，吸烟者只有小半數。最注名的棒球大家康利美克，定規不要讓一個吸烟的人加入棒球隊。華盛頓棒球隊的管理克拉克革利弗司說，「隊中凡要吸烟者，必須開除。」凡辨別是非的運動家，在操練的時期必不吸烟，這樣知道他們承認煙是有害之物了。雖然如此，但他們不承認煙之害有何等的大，並何等的久。

### 實業的出品商業的效能

考米西干大學，生理學的教授蘭伯德，由研究而知人吸烟後，五到十分鐘，人身肌肉的力量就必減少了。當煙燃着在口中一點鐘之後，肌力必降低百分之廿五。司但弗大學生理試驗室的教授馬丁白勒同巴白革，考查吸烟者與不吸者，由勞力的出品是如何。他就是一個造瓶廠去考查，在那裏有三十五個造瓶的機器，共有五百個

工人。其結果就是凡用嚼煙者的出品，比吸煙人的出品少些，而吸煙人的出品又遠不及不吸煙的人。

由波斯頓衛生局的報告，支加哥工廠的證明，知道吸煙者工作能力的不足，有了許多大實業家已定意，不要吸煙的孩童們作工，所以在各大城中，都仿倣這合律的法子。

### 吸煙又能引人好酒

煙的能力，顯然能使人想要用別種藥料同酒了。世界上最著名的一位研究藥性家蘭醫生，記述許多好酒者，很難停止他按時的宴飲，實在是因為他們受煙毒很久了。他又說，這樣的人，可以看出是常吸香煙不止的，或總是吸雪茄煙的，比用管吸煙或間斷吸香煙的人多些。你要想打破他們按時須要的飲宴，除非你停止他們不吸煙。蘭醫生又說，他們很是受了煙草的害，因為有了尼哥丁的毒，就能快快的傳佈麻醉，停止他們不舒服的狀態。

### 長壽同死之比例

近來由巴爾醫生的研究，關於人男女性的長壽，他報告說，有吸煙的習慣就是一個頂大的緣故，使很少的男人能夠與多數的女人，同享高年的福氣。



新蘭英格壽險公司，在一千九百十一年之報告冊上說有十八萬人保壽險到六十歲預料要死的數目最多不過一百，不吸煙而死的只有五十九，吃煙少而死的只有七十一，吃煙有節制而死的八十四，常吸煙而死的有九十三，吸煙無度者則公司不收納。

### 總 結

由此我們可以知道煙是害人之品，煙能害人的心臟，能激動血的壓力，能使腦筋受毒，能害人的眼目，能使人失去抵抗癆病，同別種病症的能力。有時能使人生癆，又使人好酒，並能減少肌肉的能力，失其精確適當的效能，又能減少工作的智能，並進取同體育上的能力。能阻止青年人的發育，還能減短人的壽數，使人的體格不致豐富，吸煙有癮者，或可預料其後裔的先天必不健全。

總而言之，煙草有了麻醉的毒質，如鴉片酒精一樣，不過常是不大顯著罷了。

### 對於大小學校學生的影響

美國米美大學芬克教授，對於大學中的吸煙問題，曾作了極澈底的研究，他提到吸煙者和不吸煙者比較的數目，計不吸煙者百分之一百零八又二，略吸煙者百分之一百另三又三，常吸煙者百分之九十九又七，吸煙有重癮者百分之七十七又七。據西孚博



鴉片在我國盛行已久，我國人受其毒害，以致傾家蕩產，損身喪生的也很多。近年來社會人士已有了覺悟，起來組織團體，以與鴉片戰決，或藉人口宣傳，或藉文字鼓吹，務期戰勝鴉片而盡除鴉片毒害。按鴉片之毒害故當速除，然較鴉片之毒害更普通，更劇烈之香煙與酒，尤不可任其猖獗。願我國民對此三害，宜如圖中人，一並掃除之而後可。

士多年的考察，說耶魯大學的健壯學生，只有百分之五是吸煙的，也查出凡入耶魯大學讀書的吸煙學生，通常的年紀，比那不吸煙的學生大一歲三個月。又衛斯萊大學校長霍納爾用兩年精密的考察，證明他學校內不吸煙的學生在高班中的，佔百分之八十四，吸煙學生在高班中的只佔百分十六。哥倫比亞大學，米萊博士於二年內查得一百十五個吸煙學生中，學業優等的，平均有六十二分，一百零九個不吸煙的學生中，學業優等的，平均有六十九分。克拉克教授在三年內證出克勞克大學內，吸香煙學生退出學校或補一學年畢業，乃比不吸香煙的學生多一倍半。學生入學校後吸煙的，比不吸煙學生的學業分數低百分之十。李維氏博士說，在五十年內，哈佛大學未曾有一個吸煙學生是得過榮譽學位的。包杜英大學的一位視學員報告說，吸煙有大癮的學生，學業都是一律卑劣的。按啞希教授用了長久的考察，從所編的學校記錄，證示吸煙是妨害了學生的學業。撒衛克調查一處中學校，說七十七個從未吸煙的學生平均得分數八十四分半，二十四個已戒了煙的學生平均得八十分半，五十五個在校裏吸煙的學生平均得七十六分，四十五個吸煙，而近來離開學校的學生，平均只得六十九分。美國印省勃羅明敦地方學校監督史密斯曾測證九百五十個學生，說明吸煙與讀書的

關係，即學生中吸烟的，年紀明明比不吸烟的爲大，又功課常不及格，學業比那不吸烟的爲劣，又常違背校規。

### 吸烟習慣與廣告

今我們可細想那吸烟習慣流行羣衆，是甚麼力量使成的呢。一種力量就是藉着廣告，激勵公衆常常吸烟。這廣告費還是一切吸烟之人替烟商出的。凡不明烟商能使烟業如此推廣的人，可讀烟草雜誌主筆所寫的一篇稿子。他說到十年來，烟業怎樣加增了百分之三百的銷數。他又說，「最極力推廣香烟銷數的勢力，不但烟公司中的重要職員看爲重要，即普通職員也是如此看法。……自一千九百十七年內，烟商製造三百萬支香烟，賺得大利，即因那年起用了大宗廣告費。」人多說吸烟可增快樂，這話似乎是對的，因吸鴉片烟、喝酒和喫麻醉劑的都尋求快樂，但此種快樂却是暫時的，到底腦系受了毒，比健全的腦系少得快樂。吸香烟的人若一停止不吸，所受的苦楚，真與那些吸鴉片烟、喝酒的人一樣，表明他是上了烟癮，非要再多吸這已使他受苦的烟不可。由此看來，烟草損害腦子，與損害身體，沒有兩樣，足減少人辦事的精力和確度，也使減少讀書的能力和志趣，所以我們不可吸香烟，學生更不可吸香烟。

## 吸煙之嗜好

人都知吸煙的嗜好是最難打破，人已習成吸煙，而能於生前戒除的也是很少，因此有使煙草公司之商業日盛，而別種有益於人生的商業，就愈見衰落了。一千九百二十年秋季，記者在漢口時，某煙草公司經理告訴我，說某漢口分公司區域內，一千九百十九年之營業數，在百萬圓以上。但他與我談話之當月內，營業之數已有百萬。按一千九百二十年之商業情形，較一千九百十九年不見好，而煙草業却獨如此發達，真是希奇。吸煙人的常情，寧無食而不能無煙。如一般苦力徘徊道中，莫不口啣香煙，雖足無鞋，身無衣，亦不顧及，足證嗜好能力的偉大了。按吸香煙的人多不明香煙的嗜好，在他身上有很大束縛力，若停止吸煙，則其真相即可得而知了。關於吸煙嗜好的束縛力，不論教育之高低，或國籍之中西，都是一樣的。

英之哀爾蘭首府都伯倫烟業報紙載說，「目下烟業之發達蒸蒸日上，與別的實業之情狀無連帶關係，因人在患難時吸煙，在順利時也是吸煙。」  
烟業記錄報，關於美國諸阿極爾司之商業及烟業概狀，於一九二二年二月二號，登載

特別通信說：「該地之公署人員、工人、市中來往之人、不問經濟與事業的狀況、惟各吸烟自若。」

歐伴兀牧師投稿一教會雜誌、論及吸烟者與不吸烟者之比較、說：「吸烟的人往往有優於那不吸烟的人、但不能優於他未吸烟時的狀態、也不能達到他經常最善之狀。至於吸烟之羣衆、與不吸烟之羣衆相較、吸烟者必不能勝於不吸烟者、或不能與不吸烟者相等。吸烟者於吸烟時辦事、固較不吸烟時更較有力、但他如向來不吸烟、則可愈覺舒適、辦事愈覺有力。人吸烟、無非欲暫救他長久之時的難感、殊不知此種難感、正由其吸烟之嗜好所釀成、欲藉吸烟暫救難感、適使難感延長而尤烈。」

一千九百二十年十二月、坎拿大之烟業公報謂：「一般工人雖空閒無甚麼位職、仍舊吸烟。觀查城市中無職位之求事人、有一飯不飽、而對於吸烟仍不稍減少。其故乃因好吸烟、若暫時不吸、一切事就不能作。美國布魯克林城某教會有一領唱詩的童子、在聖約翰醫院大受苦楚而死。他臨死時、向一般吸烟者發最嚴厲之警告說：「請凡吸烟之童子、觀我的現狀、知我現受之痛苦、切莫再吸香烟。」此乃一活潑之童子、歌唱動聽、交友頗廣、與他的祖母同居度日。他是在燈架廠中工作。病院中的看護員述及他的事說、

「此童子對我（看護員自稱下同）承認其病症之原因起於吸烟。他說，有時一天吸二十支香煙。他初不使祖母知他有此嗜好，如是日吸不已，遂至成癮，不能脫除，身體漸弱。我問他，既知吸煙於身體有害，何不戒除。他回答說，不能。倘有時不吸，神志就紊亂，幾若瘋狂，所有何事，均無由思索。他祖母所以不疑他吸煙的，乃因他作額外之工，將此工資購煙，而不以平日之工資購煙。他雖明知煙為殺人之物，而仍任意吸，如是歷數月之久，就墮入萬劫不復之地步了。」

英國森特蘭也有一學童因吸香煙而死。此童名約納斯大衛，年十一歲。他母在審問官前說，他倏然不言，氣絕而死。所有吸煙的嗜好，也曾為他設法破除，但終歸無效。他每早餐前，也須吸煙。據醫士考驗，驗明他已中尼哥丁毒。

香煙之禍患既已明悉，而衆多之童子以及成人，仍倣此辭世之童子，而不能斷絕香煙之嗜好，是為甚麼緣故呢。人要斷絕此嗜好，其唯一最妥之法，在不使染有吸煙嗜好，若已有此嗜好，須當斷絕，愈速愈妙。

## 吸香煙與犯法

美國反對香煙聯合會會長克蘭斯醫學博士，記載一事說，有兩個青年人，父母都很富足，有百萬的家產，他們却拐騙殺害一個兒童，報紙上曾用大字登載這事。我不認識這兩個少年，和他們的父母，也不知他們家庭的環境，和遺傳的狀況。我也沒有先讀過那個報紙。但我曉得要判斷這案，可不必以這些事爲要。惟可以吸香煙爲定。我知他們吸香煙麼，知道的。曾看見他們吸煙麼，沒有看見。他們父母告訴我這種情形麼，沒有告訴過。既沒有告訴過，我從那裏得了這消息呢。然我對於這種事，不必探聽甚麼消息，我已可完全斷定這兩個少年都是吸香煙的，所以他們的神志都是不清的。我不願人誤會我的話，是說凡吸香煙的人，都是犯法的。不過我是說一切青年人犯法的，必都吸香煙，這是可以證明的。我已問了許多審判官，從來各種犯法的少年中，有多少是吸香煙的呢。審判官對我說，少年人中至少有百分之九十三是吸香煙的。內中一位官說，「在近十六年以來，帶到法庭的每個犯法的少年人，都吸香煙。」不論何時，我一聞得少年人犯了重案，就信他們是吸煙的。這幾年來我詳細考察，果然這些少年犯法的，沒有一個是不吸煙的。數年前芝加哥城發生恐慌，一隊盜匪坐了汽車犯法殺人。此時一個偵探



正在我辦事屋內，我就問他，「你豈沒有看出，差不多每次案中的犯法少年人是吸香煙的麼？」這位偵探把我望了一望，回答說，「沒有一案不是由吸煙的人犯的。」我們相信這位偵探講的也是實在的。但有些人說少年在會吸煙以前，已存犯法的意念，所以存犯法意念的少年要吸香煙，或喫麻醉劑是對的。按別方面說來，不管甚麼遺傳性，只是香煙一物，已可造成犯法的人。許多少年，心喜犯法，即因吸煙的緣故。那喜愛犯法的少年，自然要吸香煙。至於那些有良好遺傳性的少年，若吸了煙，就是發展他犯法的趨向了。這是我屢次看見的。今提一件事，即有次有兩個父親帶領兩個孩子到我的辦事房需要幫助。一個孩子的遺傳性，我知道的很少。但我知他是私生子，喜愛犯法，我若認識他父親，就願講明那孩子的本性，這是父親的罪，遺在他身上，因父親乃是吸香煙的。這孩子小時非常聰明，又文雅，能隨機應變，凡相識的人都稱讚他。他到了十二歲，就私下吸煙，化用別人的錢，性情完全改變，偷竊無論要用和不要用的東西。這孩子作這樣不法的事，必是他父母遺傳給他的。他吸香煙，香煙就造成他的遺傳劣性。那帶到我跟從的第二個孩子，與以上所提的孩子，年紀彷彿，他父親是著名教育家，為人潔淨正直，常作良好的榜樣，他祖父是作教會牧師，至於他母親方面的遺傳性也是一樣美好。

但他會吸香煙，是受了同伴的影響。當他在我辦事處的時候，舉動並不比那個孩子好，遺傳性雖是美好，他犯法的趨向却已發展了。父母爲了他很是傷心。照我從研究吸煙孩子所得的經驗，相信孩子早年吸了香煙，不論他遺傳性怎樣好，那犯法的趨向總是發展了。我又和人去參觀公立學校，問校長和教員，從吸煙的學生得了甚麼經驗。他們都回答相彷彿的話說，吸煙的孩子在學校不及格，常常詐騙、擾亂。他讀書不能如以先用功，以爲難用腦力讀書，因此他班中功課常落人後。學校因他成績不好，以致到時把他開除。他離了學校，更不像在學校的時候，越不用心力注意應作的事情。他糊口度日，必要有錢，因而他用最容易的方法去找錢。他交的朋友，都與他相類。他們自然相聚賭博。到此地步，他們再要用腦力本領去辦理正當的事，也不能做到了。所以他們面前只有一條路，就是犯法。有一個孩子睡在牀上叫我醫病，看他的面貌，年紀約有九歲，其實他已有十四歲了。他的身體知識和品德，都是缺欠。他的一位看護員，問那孩子說，「你年紀多大。」他回答說，「十四歲。」又問，「你吸煙有多久了。」說，「我兩歲時，就起頭吸煙了。」又問，「誰教你吸煙的呢。」回答說，「我的哥哥。」那看護員用極重的聲音說，「你哥哥麼，他的罪應當坐監。」那孩子就直說，「我哥哥現今已在監裏了。」凡小

孩子年小時吸煙的，十個中必有九個發育不全的。在學校讀書，不能及格，出了學校，又無力作事，這是吸香煙學生的大概景況。若承認吸香煙爲對的，就是承認種種不發育和犯法的罪惡爲對的。男女孩子間的吸煙習慣，若不設法阻止，爲害甚大。現爲國家前途幸福起見，政府應快快禁止製造售賣各種香煙。去年美國造出的香煙有六百三十億支，把每支煙左右相並排三尺寬，再兩頭相接連，可環繞地球七十轉。出數這麼多，乃因少年男女多流行吸煙。童子流行吸煙，看爲嚴重的，因爲他們快長成人，或者也娶了吸香煙的女子爲妻，不幸生了兒女，也與他們相同。凡吸煙人產生的兒女，神經必不健全，生有犯法作惡的趨向。日本政府以前也與別國政府一樣，承認少年吸煙有很大的害處，所以在一千九百年國會通過議案，禁止男女孩子吸香煙和別種煙。當提出這議案時，一位議員說，「我們若要日本國家超過歐美各國，切不可讓日後作父母的少年，今日在普通學校吸煙。」這議案遂一致通過，立成日本法律。至於這律法如何實行，我不得而知。惟明知日本已覺少年吸煙爲一件極大的害事。美國商務部長何福論到吸煙使人犯法，說「吸煙是犯法的根源，」凡忽略犯罪的根源，就是政策上的眼光短小，不配稱聰明的國家。讀以上的話，我們對現今少年人犯法的增多，就能夠明白了。



消 耗 金 錢 的 各 種 毒 物

### 香煙癮有法戒除

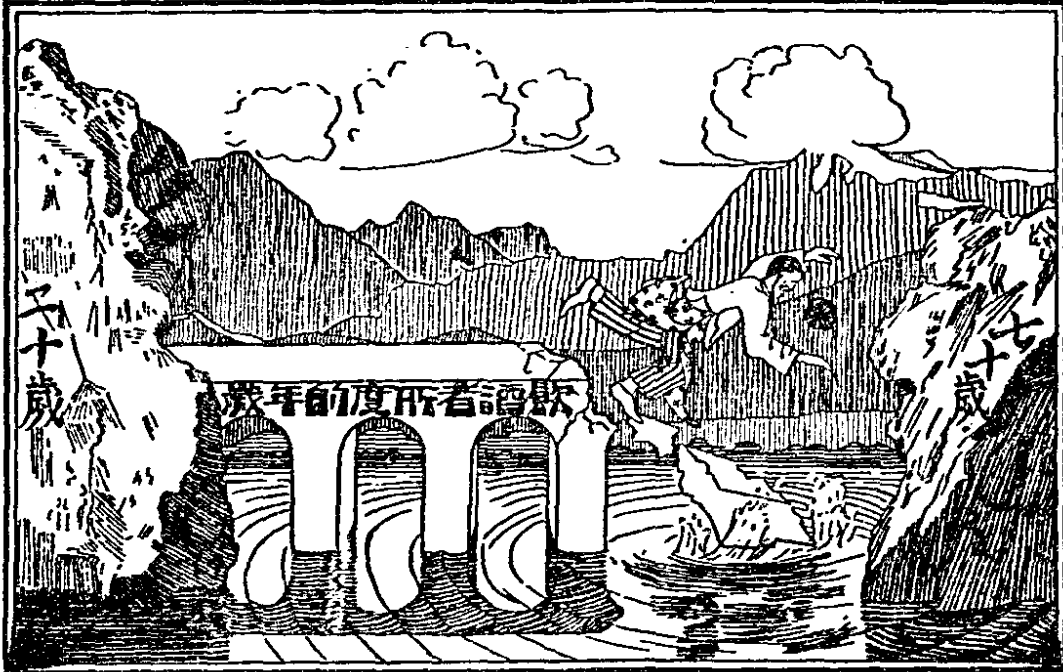
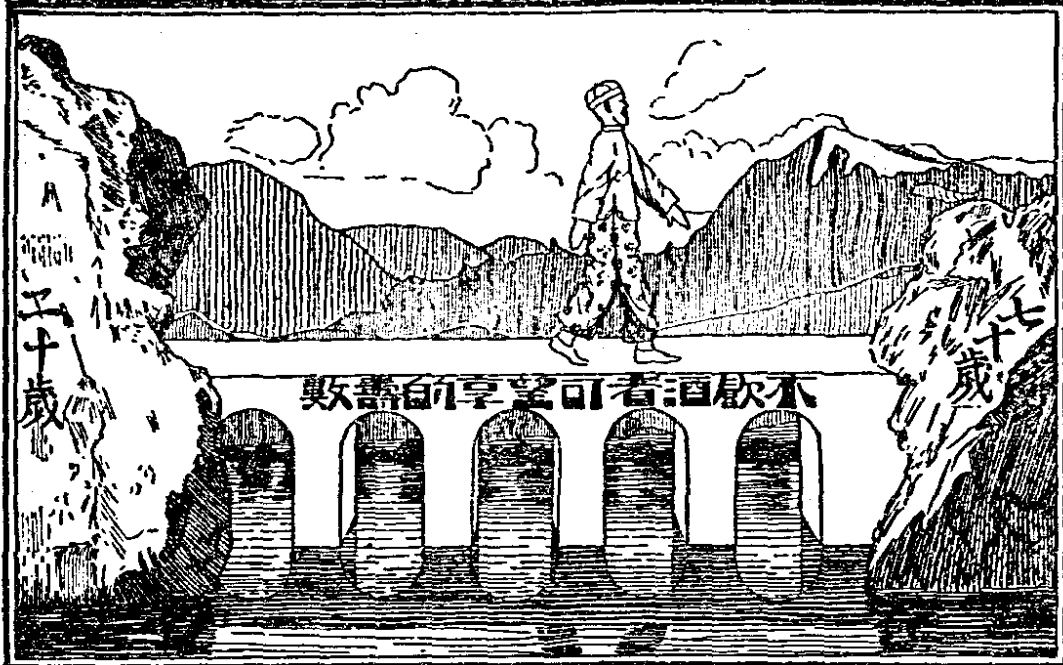
作母親及作妻子的，爲兒女與丈夫烹調食物時，不加甚麼含激刺性之物，他們喫了那食物，就可減少吸煙的嗜好。有一個吸了四十二年煙，並喝酒的病人，他喫不含激刺性的食物數月後，寫着說，「今我可奇的，吸煙喝酒的嗜好現在沒有了，再也不要服補藥了。」只要病人住在我們醫院中數安息（星期）革除他的煙癮就不很難。關於此事，記者特引錄數年前倫敦喇叭報（*Lancet*）主筆的社論，提到他的經歷說，「我現在纔起頭專喫菜蔬，改變很快。某天我覺得不能喫肉，也絕不願再喫肉。我朋友們希奇，我自己也是希奇。他們所希奇的，即因我喫了菜蔬。我所希奇的，即以前沒有這樣喫過菜蔬。喫菜蔬的效力使我驚奇的，即我吸煙甚多，已有三十多年了。往往每天要吸二兩重的煙葉，每星期至少吸八兩煙葉。我已吸了二十五年之久，我怕生平意願最軟弱難勝的，就是煙癮。今我喫菜蔬以來，已有八個星期，覺着對於香煙的嗜好減少了，這豈不可奇嗎。今不能吸黑煙管的煙，所以另買新的煙管和淡的煙。每天吸的，還不滿半兩重，味道兩樣，覺着不喜歡了。」記者看望醫院的病人時，見食物與香煙的嗜好，有非常密切的關係，實地見那來院求治的人常喫鹹物，因而歡喜肉物和加味的食物。一個青年人因

喜喫香煙，而失去位職。後來我告訴他多喫新鮮水果，可幫助斷絕吸香煙。他說：「你這話提醒了我，曾記得兩星期前，我因不買票坐車之故，被關在車箱裏，車箱裏沒有別的東西，只有蘋果，三天工夫我只喫酸的蘋果。我記得那時身邊雖帶着煙，也不要吸煙。」

有一個來治病的婦人自認說，他在半夜必要醒起，吸兩三根香煙可以安舒腦筋，纔能熟睡。此外他又說，他好吃多激刺性的食物，而少吃水果。

從此可知水果蔬菜，可以幫助人減輕吸香煙的嗜好，所以吸香煙的人，若要戒除不吸，宜於多吃牛奶和水菓等，而忌食烈味或含有激刺性的食物。至於生食，如芹菜、萵苣、白菜、和紅蘿蔔等，可以隨意食用。在戒煙的頭一個星期內，於每天早晨未用早飯之前半點鐘，可用半茶匙葡萄酸鈣、和半茶匙酒石英，放在半杯水內飲下，用以幫助排除尼古丁的毒。在每餐飯時，用硝酸銀藥水百分之一嗽口，但嗽口之時，切不可吞下，因此藥水很毒。另外，在每日早晚，宜洗澡一次，並在每星期內，行出汗浴一次，又要在空曠之處，多呼吸新鮮空氣，更要多喝開水。如此而行，就可以幫助人斷絕吸香煙的嗜好了。

健 康 之 敵



# 論飲酒

## 第六章

幾年前有一班法國熱心的人，覺得本國人民，每年沒有加多，只見減少，就決計細細查考，爲甚麼死亡的數目，反比生出的數目還多。後來查出幾個原因來，其主要的，大概是因人民飲酒。因此他們所具的報告，除說明別的原因以外，曾說到飲酒可以使人失落天然的愛情，忘了爲子，爲夫，或爲父應盡的天職。又使工作的能力衰弱，甚至爲作盜竊的媒介，一變就成了習慣犯罪受刑罰的人了。不但是這樣，又足可作各種險症的導火線。如風癱、胃炎、肝腎受病，以及肺炎、癆病、癲狂等症，都是從飲酒來的。而且他的血管也能發生病狀。所以飲酒的人，不但是容易使各種病魔侵犯，而且醫生都說病在飲酒的人身上，治好的希望，比平日不飲酒的人少的多了。

看這報告，確證飲酒有百害而無一益。英國前首相葛雷斯敦氏說，戰事、荒年、瘟疫、三個大災，是相連的痛苦，但還不如飲酒的危險可怕。



## 酒之種類

酒不算是天然物，乃由別種物料醞釀而成的一種腐汁。如米、穀、大麥、小麥、雀麥、葡萄等，都能做酒。但酒麴，爲做酒的要素，他的作用能使穀菓中所含的汁漿、糖，變成酒精。無論甚麼酒，如惠司克白蘭地、燒酒、啤酒、紹興酒，以及凡名爲酒的，都含有酒精在裏頭。不過所含的分量多少不一，有每百兩酒中，含五至十兩酒精的，也有每百兩中，含五十至七十兩酒精的。酒精是個烈性的毒物，人雖飲了不多純粹的酒精，立刻就要喪命。若用一個比喻告訴飲酒的人說，酒毒與砒霜一樣，他一定不相信。但是有很多的法子可以證明，使人可以看出我所說的是不錯。這法子就是把一條胃蟲，或一條魚，放在清水碗裏，另外按着水的分量，加入百分之一的酒精，這個蟲，或魚，不久就死了。還有一個法子，就是用蛋青滴在惠司克酒，或醇酒內，那蛋青必立刻就凝結，變成白色堅實的物質，如同滴蛋青在滾水裏，或熱鐵上一樣。換一句話說，人的心、肝、胃、腎、肌肉，都是與蛋青的質料一樣。於此，可證明人飲酒所受的影響，正如將蛋青放在酒裏一樣。

## 說酒非食物

酒是一種食物嗎，要想回答這句話，不得不用廣義的字意來代答說，是食物，然而無論

甚麼食物，一經運到體內，與身體不但沒有害處，而且能借這物質使身體溫暖，振作勇氣，並收發育營養身體的效力。只有酒實實在在的不是食物，所以運到食道以後，既不消化，又不改變，流到血裏，還只是酒。酒在體內流行，經過的臟腑各部份，都遭酒力的損害，發生絛縮的狀態。足證飲酒，是明明不能加增氣力的了。人在脾胃健全時，自然有消化一切尋常食物的機能。但第一次飲酒的，大概就是使胃部作惡嘔吐，因為胃看酒如仇敵一般。所以酒到了胃部，多半要快快驅逐。人得食物，為的是發育身體，酒能反對或阻碍人的發育。例如使小孩飲酒，他身體的生長，就不能達到如沒有飲酒的孩子同樣的程度。

### 說酒不能助肌肉增氣力

凡運動家、拍網球的，以及練武與人角力的人，大概絕對不飲酒。近世各處的醫學家，也都說飲酒能使肌肉孱弱。然或者還有人說，覺得飲酒可以加增氣力的。此乃因為酒力能使腦筋麻木，叫飲酒的自己迷惑，就誤認酒能助他壯健。這是在交戰時屢次證明的。因凡是早晨飲酒的兵士，當日出發，行路就沒有不飲酒的兵士走的遠。

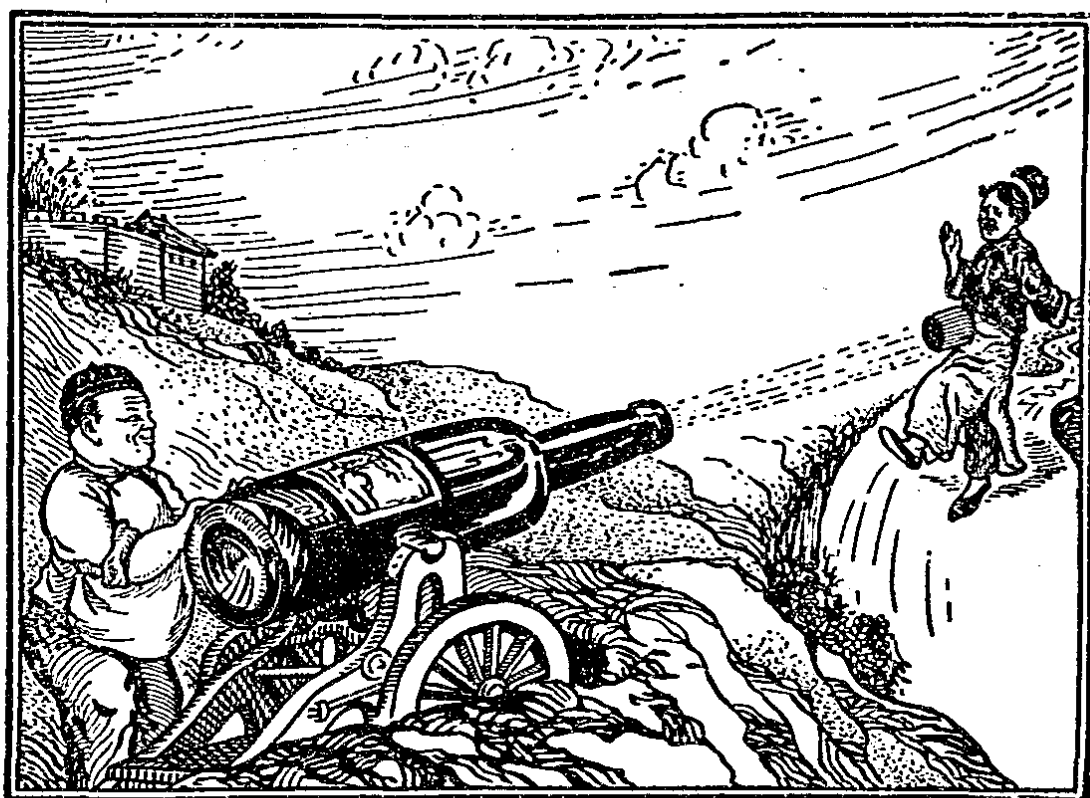
### 說酒影響於記憶力

飲酒的人，以為可以借着酒力幫助他的思想，這是怎麼樣的呢。因為飲了一些酒，在起初幾分鐘，記憶力似乎覺得稍微靈活，思慮也覺得好些，不知道他的言語已到有複雜愚笨的地步，不是沒有飲酒時的原狀了。就是那人平常言行作爲，都很純正，一到了飲酒以後，一定要與平常的態度相反。平常雖是不多言的人，喝酒後就變成多言的人，甚至失去本來的意識，他的言行，全出乎禮貌以外了。人在醉後最初幾分鐘，覺得頭部沉重，等一下子就想要安靜些，最後身體就疲倦想睡。這沒有別的，只因腦筋被酒刺激，所以昏迷了。有一位醫生，試驗得腦子受酒力工作的影響，記在下面。這醫生在第一期十二日中，每日飲酒三兩，到第十二日，覺得智能比沒有飲酒的時候差多了。因他從前作算術時，每行可在一分鐘內加四十個數目。後來因為飲酒三兩，到十二天後，每行每分鐘只可加廿四個數目。又在他沒有飲酒時，想記詩一句只要兩分鐘，等到飲酒十二日後，定要六分鐘纔能記憶。飲酒頂傷腦力，真是極明顯的一個見證，而且尋常足以容易發現的事，就是癲症。

## 說酒之影響品行

人都有天生的良心，用他分辨是非，但是酒很有消滅這種良能的魔力。請看世人所犯各樣的罪惡，如毆鬥、殺人、姦淫等等，以致作了囚犯的大半都受了酒的危害。刑事審判廳記事錄上所寫的，很多的罪犯，定了極刑的，他的罪案多是受了酒的影響。

美國堪色司省，因為飲酒的影響，很損人民的道德，及社會中普通的幸福，所以訂律禁止製賣酒類。律法定後，很收良好的效果。現在引証在下面。這個律法由堪色司省法部，在一千八百八十年份通過。這省城有居民十萬人，五方雜處，品類不一，內中普通的工人很多。在先前法律沒有頒行的時候，城中酒店有二百五十六家，賭博場二百六十所，妓院六處。現在這三樣營業都沒有了，城裏的市面，比從前興盛多了。並且這律法成立後，人民存儲銀行的款子，較律法未頒行以前，每年多金洋七十五萬元上下。各級學堂肄業學生的數目，也勝過往年。就是城內銀行所存貯的貧民恤款，現在已經減少了三分之一。從前這城用作供給巡警起訴罪犯的款子，每年需金洋二萬五千元左右，目前所用的數目已經大大的減少了。設在城內，及省中的很多監獄，大概都空了，沒有許多的罪犯。在從前准許人民製造酒類，以及宴飲為樂的時候，這些監獄內，常有擁擠不開



有許多人  
看杯中物  
甚於他身  
體有益、並  
使胸境暢  
快。但到底  
酒能害身、  
使所有的  
快樂變成  
憂愁、故此  
人看酒瓶  
與大礮一  
樣猛烈、真  
是不錯的。

的景况、真有一天一地的分別。

### 說酒能致病

飲酒的人以為每天少飲一點、未必有大害。但若能夠使他看見自己的肝、腎、肺、胃、與血管、他就曉得這些器官、都已漸漸捐壞了。人體中本有一種抵抗疾病的力量、這種能力、酒能消滅、或破壞他。既被酒力消滅、那末、體內的器官、已失落了健全的效用。所以好酒的人、容易患肺炎、肺癆、霍亂、瘟疫、腎病、以及痢疾等等。老實說一句、就是好酒的人、比平常不飲酒的人容易得病。既有了病、痊愈的機會、又與不飲酒的人差的很遠。

飲酒的人，不但是身體受害，而且也連累子孫。查瘋人院中所養的呆兒，在一百人中，竟有四十一人，是因他們的父母飲酒，遺毒與他們的。

### 說酒能促短人的生命

各國人壽保險公司，查凡飲酒的人，所享的壽數，沒有不喝酒的人壽長。他曾說同是一樣的人數，以飲酒的與不飲酒的相比較，在飲酒的人中患病的數目，要比不飲酒的多一倍。又同是一樣的人數，飲酒的人中死亡的數目，比較平常不飲酒的人，也多占半倍。例如有飲酒的人一千，另外又有一千人，平常是不飲酒的，兩下比較起來，那死亡的數目，凡飲酒的人中死了三個，不飲酒的人中，只死兩個。這乃是實在的事，是憑世界各大保壽公司的報告而說的。由這樣看起來，人因飲酒的緣故，就要減短四年或十年的壽命不等。

### 酒是有益的藥品麼

醫生用酒治病，幾乎成爲醫道中的老法子了。然在目下醫生少有用作內服的了，因爲酒並不能治病，而且有很多樣的病，反因酒而加重。平常把酒作爲有益藥品的計畫，不

過用他摩擦皮膚、療治某種外症。新聞紙上常有某牌的酒、可以開胃益元、這話真是荒唐已極了。要想保病人得安全、頂好是除掉一切酒類。

### 如何可以戒酒

戒酒頂好的方法、是住醫院、由醫院設法戒除。但人的情形常有不同、也有不能這樣行的、故不能說這是不可改變的辦法。最要緊的、就是在乎人有決心、纔能戰勝這個惡習慣。假如有一個人、專心求上帝的扶助、要改了這個習慣、自然不難、因為上帝能給人力、使人戰勝酒的嗜好。

我們要知道飲食裏有許多種類、能引起人的酒慾、就是各種的肉食、以及重加香料的食品。人要想戒酒、首先當戒除這些食物。還有一件、是戒酒絕對需要的事、就是停止吸煙。因為細查各種飲酒的原因、多半都是因吸煙作他的導火線。

對於飲食上要注意的、就是多吃水菓、多飲清水、不喝茶及咖啡等物。對於健身所要注意的、就是每日用熱水洗滌、洗完了再用冷水擦洗全身、隨即把皮膚抹乾。還要常到空場外吸新鮮空氣、時間越長越好。再者每天要注意運動、到出汗為止。

不可放酒在家、也不可到賣酒之處、並要遵以上所提條件、如此好酒的心、即可除去了。

### 飲酒與辦事的效率

飲酒對於用心力體力之工人的效率發生影響，此種影響西國有的已經研究過，中國却還沒有完全研究。本篇所提的詳情，大概是歐美試驗的效果。但確信酒對人身心的影響，普世都是一律的。所以我們從別地的結果上，即可詳知酒在中國的勢力。西國對於喝酒的兵士已作了試驗，在各種情形上證明喝酒能使效率減少，下列的表，乃是駐印度之英國軍隊的報告。



飲酒 的醉 如鹽 魚初 時好 玩後 來要 把玩 他的 人吞 喫了。



人數

不喝酒的

喝酒的

三九七八

八八八七

一年內入醫院的百分數

百分之四十五半

百分之二百

因病而回國的

每一百八十人中一人

每百人中三人

死亡

每千人中近乎三人

每千人中近乎十人

瑞典國官員從許多試驗，發見善放槍的人，就是喫了一點酒，也使他的槍放出不能射中。一個陸軍醫官委員會，試驗某營五百喝酒兵士的身體，為他們制定飲食運動，這種制定都詳細記錄下來，以比較發生的效驗，證明酒影響兵的手眼，非常厲害，對於放槍的正確目標，大有妨碍，即喝了少量的酒，那瞄準的能力也必減少。人喝了酒，皮膚發紅，覺得暖熱舒服，似乎光陰很快，想平常用一刻鐘做成的事，他能用五分鐘做好，其實他想的五分鐘，却用了二十分鐘了。為此曾作一種試驗，叫一個人按開關器見有旗顯現，自按時至顯現旗所歷的時間，用一種特器記錄，此人若在吃飯時喝了一點的酒，他按開關器的時間必較長些，還有一個試驗叫人分辨顏色，他只在紅旗顯現時，按開關器，當顯現別種顏色的旗時，就不須按開關器物，這人決定按或不按開關器所需的平均

時候，記錄下來，他喝了一些酒，再作這試驗，後來發見這人喝了酒，所需決定按的時間，乃是長一些。再以計算的方法試驗，叫喝了酒的人加合繁雜的數目，查出他不但因酒而影響了他算的快度，也影響了他算的精確，使他少有精確，而多錯誤了。另一個試驗，即叫四個有本領的排字員，內中三個略喝酒的，一個常喝酒的，分作四天試驗他們，第一第三天叫他們不喝酒而排字，第二第四天喝些酒而排字，結果證明他們喝了酒後所排的字數，比較少些。但試驗中所希奇的就是他們想在喝了酒後所排的字，是比較快些。名醫帕拉挨斯博士 Dr. G. Basil Price 說，「喝酒的人以酒會激勵能力，不論他工作或勞力或勞心的，所做的事終不為完善的。喝了一些酒，在初時只發一些影響，若常喝酒，就成了恆久的改變，分明顯出力量損失了。有些人相信酒會激勵言語能力，發揚天才，非喝酒不能達到，實則喝酒人的觀念，意識和表白上的品質，並未確切改良。喝了酒雖多講話，然講的趨於矛盾，缺少透切腦海中的堅定意志，和身體的敏捷應付，都因酒變遲鈍了。」德國喀萊勃林教授 Prof. Krasopella 查得一天喝三兩酒，連喝十二天，他心力工作上的正確力，將從百分之二十五減至百分之四十，若每天喝酒一兩，他的正確力就減少百分之十或以上之數。某磚廠的主人，把他工人分作兩種，一種是喝啤

酒的，一種是不喝的這種分配法行了一年，看出在這一年內不喝酒者每人造出的磚，平均七十九萬五千四百塊，喝酒者每人平均只造七十六萬零二百六十九塊，這就是一年內每個不喝酒者做的磚，平均比每個喝酒者做的，多三萬五千塊。至於喝啤酒的工人，還常想他們喝了酒作的工，比不喝酒作的工，更是殷勤良好。再論礦夫的工作，此種工作最是辛苦危險的。在英領諾克馬霍地方有銅礦數處，雇用一千多的礦工，其中有八百個是戒了酒的，到了年底，那些銅礦產額的總價，加增了五千金鎊。諸君諒必聽見美國鋼鐵大王卡內基的事蹟，實業中要以鍊鋼為最熱最出力的事。鐵須燒至白熱度，大鎔爐裏常燃數百噸的煤，當美國禁酒前的多年間，已不准酒進入鐵廠，該廠中工人有三萬八千之多。雖事實昭然，人還說喝了酒作工，比不喝酒作工，可以多做。今要諸君切知酒所給的能力，不過屬乎欺騙的感覺，毫無實據，這感覺越延長，即工作越辛苦，越煩難，酒的影響也越害人。除關係工作的量數外，也更關係工作的品質。酒不但阻人作美好工夫，也花費金錢，攔阻人賺他不喝酒那樣多的薪資，費了他所賺的薪資，反使他漸成貧苦無助，加重別人的擔負。有許多國的政府以公費贍養貧民，其記錄的情形，美國從通過禁酒律以來，許多貧人院因少貧人而停辦。英國仍是各處自由賣酒，倫敦

某醫官說，「經我五年來所察看的，十萬的貧人中，不飲酒者的總數只有二十人。」英國每年買酒所花的錢，可辦到下列四事中的任何一事，如（一）可付不列顛羣島的一切田地、房屋、店舖等等的租費。（二）可買不列顛羣島所喫的一切鮮肉、醃肉、火腿、鷄鴨、和獵得的野禽野獸等。（三）可買不列顛羣島一年內一切麵包、麵粉、牛奶、奶油、奶酪和雞蛋。（四）可付英國全國的稅銀。中國因酒而花的錢，無人知道，因沒有統計。喝酒問題與中國工商大有關係，每年買外國酒的錢達好幾百萬元。這種錢比拋入水裏還要不值，因買喝的酒，不單毫無價值，却又傷害每個喝的人。再想到中國年年用了好幾千噸的高粱和米麥釀酒，這不獨耗費人畜良好的食物，却作了害物，毒害中國國民的心、腦、身體。凡工廠、礦穴、鐵廠、鐵路、船隻、或別處的雇員若喝了酒，作的事必少必劣，計畫事務的經理若喝酒就不能辦理得法。如此，酒損害了雇員，也損害了雇主，所以何必再喝酒呢。

### 提神藥與麻醉藥都是騙人的

按箴言二十章一節說，「酒能使人褻慢，濃酒使人喧嚷，凡因酒錯誤的，就無智慧。」當這位明哲的人說出上列的話語時，藥材之中，尙未發明有嗎啡、麻藥冰（可加因）及煙

健 康 之 敵



葉等。倘若這些麻醉品，在他的日子，就成爲通用的藥材，那末他一定要將這一類的東西，列在騙人的物品之中。

濃酒實在是騙子中的王，因牠是迷惑歷代的人們，甚至令今日的科學家，與醫士，相信對於人是有裨益的，且是幫助健康的良劑。牠業已欺哄了軍界的長官，叫他們想到，如若他們的兵士稍微飲一些淡酒，即可幫助他們有更佳的景况，成爲更能戰而有力的軍兵。牠已經哄騙了每一時代的人，引誘他們想到在體溫降低，身體寒冷時，一飲濃酒，體溫便增高，身體立覺更暖和。他們都以爲狂飲以後，體力加增，機智百出，其實無論那一方面酒總是令他們的體溫較比尋常溫度次一等。他們本有更靈敏，更機智的腦子，由一般調查家，查出他們是因縱飲不已，致將腦髓裏的細胞麻醉了。由此可知，無論何人，一服了一劑中和的酒精，人立時可以看出，他已失去了他的尋常的自制力，和莊嚴的態度，以及他在智力上的地位也降低些了。如若這位旁觀者，稍微飲一點有醉性的飲料，他立刻似乎覺得精神振興，遇事順利，思想靈敏，膽大敢爲，並素常的狀態不能自由活動，這一切是引領他的腦海裏，幻想他自己，是趨向較佳的境遇裏。及至科學昌明，經過極精細的實驗後，證明就是用極中和的酒精，其影響力，與世人所幻想的，正是成

反比例，不是提精神乃是傷精神。酒精的動作，既是這樣的厲害，人們都當不受其騙，所以，凡因酒錯誤的，就無智慧。

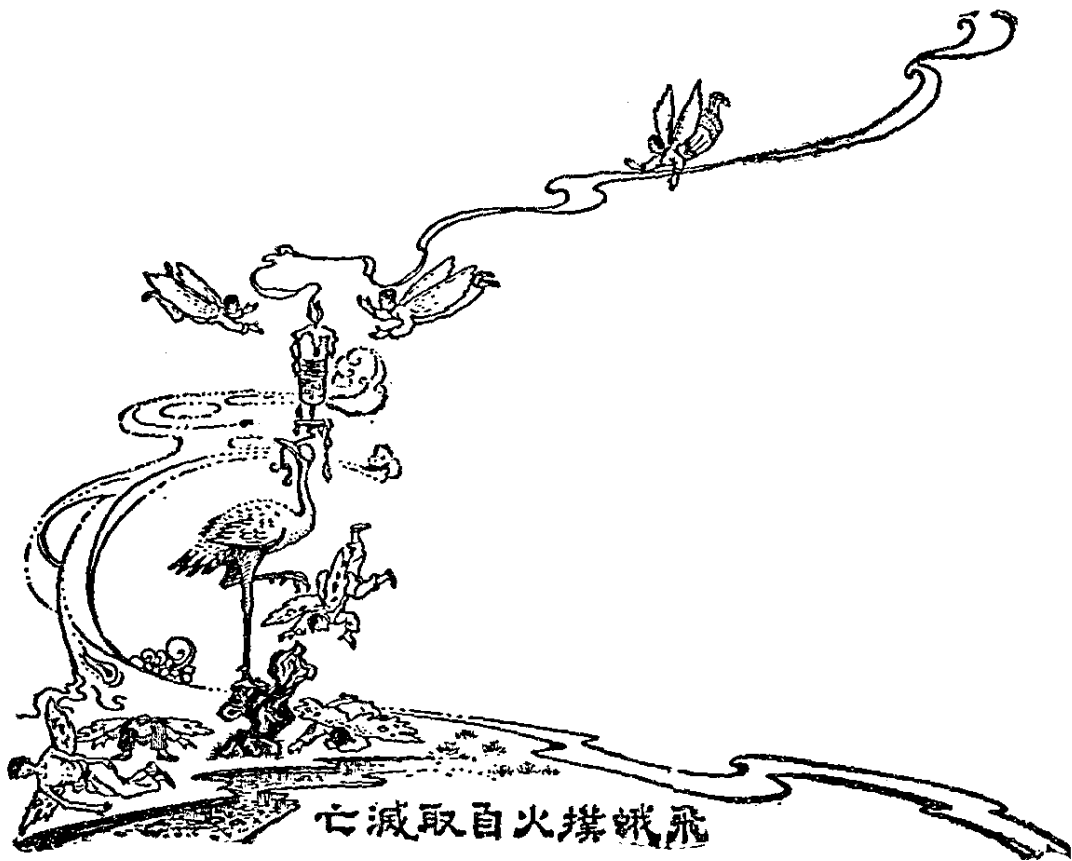
但不祇酒精是騙子，凡一切藥品，能感應神經系統的，或者稱爲「刺激藥」，或者稱爲「麻醉藥」，都是騙子。如若有人能預先顯明疼痛、悔恨、不滿意的慾望、及墮落、與敗壞等景況，須知這等不良的結果，都是陪行那習於用麻醉藥的。說一句萬無一失的話，就是略用少許，便是將自己犧牲在不良的習慣裏。此可稱爲初次學成的壞習慣，不過是增添興趣，或是減少愉快而已。以後則在所成的壞習慣上，重複的練習，畢竟養成了飲酒的惡行，較比養成不良的習慣更甚，這乃是一種疾病的發展。因每種藥常聚一處而操作，算是最兇猛而最嚴厲的症。既然如此，僅可漸漸的服較多的藥劑，以助暫時達到一定的景況，好像如尋常的景況一樣。當藥力能維持暫時的效果時，似乎是治好了一定的病症，實是將病症弄到難以醫治的地步，成爲無救星的人。

一切的提神劑、與麻醉藥，都是騙子，這是他們固有的特性，所以古時明哲的王所羅門，本乎他一生的經歷，在老邁之時說出以下的真理：「酒能使人褻慢，濃酒使人喧嚷，凡因酒錯誤的，就無智慧。」

## 哲人之言

酒能使人褻慢，濃酒使人喧嚷，凡因酒錯誤的，就無智慧。(箴言二十章一節) 誰有禍患，誰有憂愁，誰有爭鬪，誰有哀歎，誰無故受傷，誰眼睛紅赤，就是那流連飲酒，常去尋找調和酒的人。酒發紅在杯中閃爍，你不可觀看，雖然下咽舒暢，終久是咬你如蛇，刺你如毒蛇。你眼必看見異怪的事，你心必發出乖謬的話，你必像躺在海中，或像臥在桅杆上。你必說人打我，我却未受傷，人鞭打我，我竟不覺得，我幾時清醒，我仍去尋酒。(箴言二十三章二十九至三十五節) 利慕伊勒阿，君王喝酒，君王喝酒不相宜，王子說，濃酒在那裏也不相宜，恐怕喝了就忘記律例，顛倒一切困苦人的是非。(箴言卅一章四至五節)





上帝既賜人奇妙的軀體，就該保重，免遭受其害。但如今人往往明知所吸鴉片香煙等毒物，是有害軀體的，却不戒除，以致把上帝所賜與人的奇妙軀體殘害了，自己還執迷不悟，正如此圖所示的寓意一樣。



# 為何自殺



## 第七章

生命是人人所喜愛的、因為生命是人的至寶貴之物、故人願用盡心機、以望拯救生命脫離危險、並願費大宗的金錢請醫生、延道士、救那病人出危入安。不料在今日之下、中國有好些人民形似自殺、比死於打仗災禍、或地震等等的為多。就是他們在生活飲食上殺害自己、有的自殺甚慢、有的自殺甚快。凡見窮人懸樑、女子投井、必以為可憐得很、然而每天另有千萬的人、也彷彿這樣自盡、我們為何不知道呢。

我們的軀體、乃宇宙的主宰所創造、極其精細、甚如機器。須留心照顧、喫有滋養料的食物、凡含着毒質的食物概不入口。至於推行在洋海中的船和山陸間火車的機器、必經機師詳細檢察、先行揩得十分潔淨、而後加上潔淨的機器油、燃以上好的煤、機器越大、照顧就越應留心。人對於鋼鐵製的東西、是這樣的留心檢察、而對於我們血肉所構成易壞的奇妙軀體、反不經意、真是希奇。人體乃如人所居住的房屋、或為石砌的大

廈或爲泥塗的茅屋，但人的真實居所，卽宇宙主宰爲人所造的軀體。那些住居大廈，有財有勢的人，往往對待自己軀體的居所，非常慘酷。然而住在茅屋的貧窮人，雖然終日碌碌，身體倒很是壯健，居在軀體的茅屋中人，反而快樂自在。

人之快樂在乎重看他的身體，沒有人濫用他的軀體而不遭害的。宇宙主宰既賜各人一所軀體的房屋，也要人使之潔淨強壯，發展軀體，使主的靈居住其中，此靈卽人所求望的和平、喜樂、幸福之靈。要得真福、和平、唯一的方法，在追求和平的根源，這根源卽主的寶座。哥林多前書六章十九節說，「豈不知你們的身子，就是聖靈的殿麼，這聖靈是從上帝而來，住在你們裏頭的。並且你們不是自己的人，因爲你們是重價買來的，所以要在你們的身子上榮耀上帝。」

我們所居的這軀體住所，並非是全屬我們的，不過是權且借給我們，以度今生。故我們既住在此屋內，今生須整理清潔，到將來定可得着那榮耀不毀壞的軀體。若有人毀壞上帝的殿，上帝必要毀壞那人。（林前三章十七節上段）凡較力爭勝的，諸事都有節制。他們不過是要得能壞的冠冕，我們却是要得不能壞的冠冕。（林前九章二十五節）運動家要在比賽或遊戲中得勝，務須實習節制。古今預備比賽的人在飲食上都很是留

意、煙酒拒絕進口、並且天天鍛鍊身體、使肌肉強壯、精神充足。如此磨練、今人爲要博得錦標、古人爲要得到冠冕。現在我們處事爲人、猶如比賽一般。人人願在今生享受更多的快樂、人享了今生的幸福、自然願知將來一個較樂的生活。我們已蒙了應許、今生若清潔爲人、使軀體不染玷污、由上帝的靈常住在內、以後我們定可得戴那永生的冠冕。諸友阿、奮力去得那永生的冠冕、很是值得的、上帝的恩賜是給凡信他和順從他的律法之人。聖經告訴我們說、所以你們或喫或喝、無論作甚麼、都要爲榮耀上帝而行。（林前十章三十一節）因此我們的飲食須按上帝所立的生平定例、管理機器的轉動。既有定例、我們飲食供養身體存活、也當實行那定例、無論何種的食物、若含有毒質、切不可因嗜食入於體內。機器內若放了污穢的機器油、利用低劣的煤、必塞住機器的機管、就滯於行動。在煙酒和麻醉劑等之內所含着的毒質正是如此、阻塞軀體、殘害機管、污穢身子、人用這些東西、就是自殺。人種的是甚麼、收的也是甚麼。（加拉太六章七節）此乃天然的定例、由上帝制定、我們違反了天然定例、所遭的刑罰就是短壽、此外就是失落將來幸福的希望。聖經論到那污穢自己身體的人說、上帝必要毀滅那人。在太初時代、人類的始祖被造體格強壯魁梧、上帝看着一切所造的（人亦在其內）

都甚好，但讀哲士所羅門的話說，我所找到的，只有一件，就是上帝造人原是正直，但他們尋出許多巧計。（傳道書七章二十九節）古時之人順從上帝制定的康健定例，安享天年，有一位最長壽的享到九百六十九歲。後來人漸漸尋出許多巧計，如喝烈酒，喫污穢的肉類，吸煙，處事無節制，當享的年歲因而縮減。我們若注意人的壽數大減，無不驚奇。據說如今的人，每人平均的壽數爲三十三歲，人類如此自殺，無非由於他們採行不正當的生活。

人生在世生活上根本的大特點，首重節制，節制爲一種防禦法，阻止凡毀壞康健幸福的惡事。凡願有上帝的靈常住在他中間的人，須當節制。聖靈的果子就是：仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。（加拉太五章二十二、三節）人生之始終都須節制，因着節制，結出一切好的果子。人若要恢復到上帝的形像，須當節制，節制爲享受永生必需物之一。因此他已將又寶貴又極大的應許賜給我們，叫我們既脫離世上從情慾來的敗壞，就得與上帝的性情有分。正因這緣故，你們要分外的殷勤，有了信心，又要加上德行，有了德行，又要加上知識，有了知識，又要加上節制，有了節制，又要加上忍耐，有了忍耐，又要加上虔敬，有了虔敬，又要加上愛弟兄的心，有了愛弟兄的心，又要加上愛

衆人的心。(彼得後書一章四到七節) 節制能把我們與上帝連合起來，並賜給我們快樂、信仰、與希望。又和同胞相連絡如手，如足，各地方宣傳實行節制主義，世界還有希望節制的效果。就是忍耐。當今乃萬國擾攘誤解之時代，非有忍耐不可。家庭之中對於妻子兒女，須有忍耐。國家處於困難之時，也需忍耐，若無忍耐，即易引起戰事。人無節制，就無忍耐，也不能作忍耐之人，他全身充滿了不潔飲食的毒質與放縱情慾的能力。猶如汽車沒有開車的人，毫無定向，橫衝直撞，至與牆或堤壩碰壞始止。不節制的道路引人入死，永久湮沒在無所希望之中。

世上最苦的，即困於煙酒嗎啡之中的人，他的結果很是可憐，走此路者，一時徘徊於幽勝的山間，和蔭涼的溪旁，一時却被引入焦燥的沙漠中，乾枯到極點，絕無希望。此時朋友離棄他，任他死亡。他自行殘殺，背對天國之門。朋友們阿，勿求霎時間的快樂，路途的終局，應當慎思。凡百行事若失了節制，就是違犯人生康健衛生的定例。比如不按定例的睡眠、和飲食，將不潔的食物進於口內，並吸飲含着毒質的煙酒與嗎啡，這種種的東西，不單是傷害身體，也是引人遠離宇宙的真神。惟他獨能救人，給人永生的冠冕。人生在世，應各爲此永生的冠冕，立一目的努力進取。但一般吸用煙酒毒物，而自殺的人，上

帝決不幫助他們得享永生的福氣。朋友們阿，請於今日立願，凡事節制，撇除一切的毒物。如各種的鴉片、嗎啡、香煙、和污穢的食物。不論作何事業，或喫或喝，都要榮耀那位創造你的上帝，如此你的身體必達到很健全的地步，你的心與衆人的上帝，必非常平安，可堅心仰望將來的永生。



64 24 34

64 24 34