

社會公共之新教育
人類生活之真要素

新道德
真價值
新哲理
真愉快

歐洲之新生活寫真

著者 歸鴻

社會公共之新教育
人類生活之真要素
新道德
真價值
新哲理
眞情

歐洲之新生

著者 歸鴻

中華民國二十年五月出版

歐洲之新生活寫真

全一冊實價大洋五角

著者 歸鴻

發行所 上海北四川路
自然書局

總代發行處 上海泰東書局

代售處 上海及各省各大書局

歐洲之新生活寫真目次

第一章 總綱

第二章 德國

第三章 法國

第四章 英國 附歐洲各國及美國

附錄一 新生活主義要言

附錄二 社會團體學校及出版物一覽表

歐洲之新生活寫真

著者歸鴻

第一章

總綱

傳曰，楚國無以爲寶。惟善人以爲寶。老子曰，吾之大患，在吾有身，若吾無身，吾又何患。今爲易其語曰，吾人無以爲寶，惟吾身以爲寶。吾之大幸，在吾有身，若吾無身，吾又何幸。人類在世，第一重要者，莫過於吾人之身體，絕無他物，較貴於吾身者。人因有身體，始有生活之可言。生活云者，即使吾人身體，自頂至踵，爲活潑潑地之生存。有害或不利於吾身者，避之若浼，使吾身不爲疾病所侵。一日生存，卽一日健康。然後始有生活之價值，及生活之愉快。

吾人動謂，人類生活，不外衣食住三事。終日孜孜，心神勞瘁，其目的亦不外此三者。但此三事，亦須分別而言。食、爲養生要素，不僅人類，動物亦然。然須知吾人因生存之目的而食，非因食之目的而生存。凡能營養身體之食品，不可缺乏，亦不可過量，至禽獸之肉，含有酒精尼可定 Nicotine 之煙酒等，不惟無益，且有害於人身，不應使之入口。蔬菜果物，含有維生素最多，須終年蔬食，使營養力加增，然後有健康之可言。住，僅宜擇空氣充足之區，且力求清潔。至丹楹刻桷，雕梁畫棟之夏屋，并非生存上所需要。如近世繁盛都市之住屋，比戶鱗次，密如蜂房，阻隔空氣，招集微菌，轉爲健康上之大礙。衣、質而言之，除有時爲避寒計，偶然需用外，絕非生存上需要之物，并無如何之價值。人類有衣之始，亦爲外界之天時變態，不得不然。後世變本加厲，踵事增華，衣服一項，遂

爲身體上唯一之裝飾品。須知衣服可以閉隔空氣，蓄集微菌，防礙發育，減少體溫。且有多數疾病，均由衣服而起。吾人苟欲達真正健康之目的，卽應於可能限度廢除之。至謂爲遮蔽羞恥，或道德上應有之裝飾，此實極端謬解。人類爲裸蟲之一，對於身體上，本無所謂羞恥，至縛之以冠裳，束之以禮教，羞恥始爲吾人感覺上之一種衝動。實則人之有否羞恥，與有衣無衣，絕端兩事。有時因有衣之故，且反爲誘起無恥觀念之媒介。

然則所謂新生活云者，究屬何指？詳言之，卽（一）日光（二）空氣（三）水。日光有益於人身，已早爲世界所認知。日光療治之法，在中古時代已然。科學家謂日光所發出之光線，含有多種色質。尤以其所發出之外紫光線，爲最有益於人身。其效能殺滅微菌，排洩污汗，增進體溫，流通血液，強健皮膚。空氣於人，亦如水之於

魚，不可一日缺乏，其效能與日光相爲脣輔。試置一人於無日光空氣之屋中，最長延至十日以上，其人必病，或至於死，此不待煩言而解者。水爲清潔身體最要之物，否則人身之汗污黏液，即可招致微菌，疾病叢生。以上三端，卽新生活之要素。（日光空氣與人身之關係他日當詳論之并參閱美國巴密理博士 Dr. Maurice Parmelee 所著之近世之裸體生活 *Nudity in Modern Life*, London 及法國巴士都醫學博士 Dr. Pastours 所著之人類與陽光 *L'homme et la lumière*, Paris）

歐洲自十九世紀以來，一方受物質文明之利益，一方亦感其苦惱。北歐方面，如德奧丹荷瑞等國，冬季日光，較爲缺乏。同時日光治療之法，日見發達。德國哲學家涅格爾 (Gustav Nageel) 尼采 (Friedrich Nietzsche) 等，復先後倡導，謂人自降生，卽係裸體。故生存一日，卽應一日裸體。世間萬物，均屬人爲，惟身體則爲天賦，故身體日

由，亦爲天賦，較之其他自由，尤爲重要，應使之完全自由，不能爲外界他物所束縛，然後堅固康強，進而爲「超人」Superman。晚近文明日進，大都市如倫敦紐約柏林巴黎等，人口均數百萬以上，物質生活，已早失天賦之自然。日光缺乏，空氣穢濁，以致百病叢集。加以世俗服裝，只圖矯飾之美觀，種種束縛，致人與自然界愈趨愈遠。文明牢獄，衣冠桎梏。極其弊必使人類身體，日愈孱弱。三十餘年前，德人受兩哲學家提導之影響，加以物質生活不自由之近因。卽首創裸體鍛練法，男女均裸體羣聚，爲身體之操練，方式則爲希臘式與瑞典式兩種。歐戰後進步尤速，各會社俱樂部學校等，相繼而起。一九二九年全國對於實行新生活之組織，不下百餘處。夏季則在園林海濱，冬季則在暖室或游泳浴場，爲操練身體及運動遊戲之所。目的則（一）祛除疾病（一）身體美觀（一）軀幹堅

固，進於永久之健康。而促成今日之成功者，該國於最近三十年間，先後有四大運動。（一）再造人類運動。目的在使全國人民，身軀強健，恢復日耳曼民族之精神。（二）美觀運動。目的使身體美觀，男如阿波羅 Apollo 女如凡麗司 Venus。（三）健康清潔運動。目的在講求衛生，祛除一切疾病，使人民身體，無不清潔而康強。然欲達美觀健康之目的。非使人人均有自由裸體之習慣不可。欲使人人均能自由裸體，非將世俗乖執之羞恥觀念打破不可。於是有第（四）之廢除羞恥運動。首由柏林附近某專門學校發起，教育界醫界贊助，全國一致，致有今日之效果。（參閱拙譯德人之新生活寫真）故新生活運動，組織之完備，規模之偉大，人數之衆多，（全國約三百餘萬人）在歐首推德國。英法等國，相繼踵起。法國除巴黎之生活會 Ligue de Vivre Intégralement 天然學會 Société Naturaliste 兩大團體外

，生活會之支部，幾遍全國。馬賽 *Marseille* 支部，且踞有最優之海島，爲歐洲各國之冠。法國新生活運動，僅五六年，而進步之速，令人可驚。英國之先導學校 *Prior Gate School*，及倫敦附近之日光浴園等，其創始雖先於法國，惟英人性質，素稱固執，加以新生活爲嶄新的發明，社會上狃於頑梗之偏見，故進步反較法國爲遲。其他如義大利瑞士比利時荷蘭奧大利匈牙利瑞典那威丹麥俄國芬蘭等，雖各有若干之組織，其規模則較德法等國，相去遠矣。

新生活主義之原動力，亦不僅德國哲學家之提倡。人之初生，本與自然界相近。試觀幼小孩童，無不喜裸體遊戲者。夏日遇裸體洗浴，或在海濱河畔，拍水嬉戲，無不笑容可掬，此卽人類最初之天性。卽成年以後，終日爲衣裳束縛，就寢或洗浴時，全身裸露，倍覺舒暢。人類本係裸蟲，還我自然，自屬天賦。希臘爲古代文明之中

心，雅典司巴達人民，大都終年裸露。阿命比亞 Olympia 競技時，無論男女，完全裸體，否則不許與賽。人民強幹，至今豔稱之。大哲學家柏拉圖 Plato 於所著共和 Republic 書中，亦主張無論男女，均應公開的實行裸體。近世文學家如英國威爾士 H. G. Wells，於所著人如神 Men like Gods，穆爾 Sir. Thomas More 之烏托邦 Utopia，法國佛郎士 Anatole France 之理想島 L'île des Pingouins，錫蘭枯 Senineour 之超人 Obernann 等，對於裸體，均有一致同意之主張。日光祛病，中古時代，已有日光治療之法。又人類無不喜動者，遊戲運動時，有衣與無衣，其舒暢之程度，相去甚遠。再觀希臘羅馬時之雕刻繪畫，大都裸體。蓋非是不能表現人身之美觀。性學教育，又為教育界所贊同。種種觀念，均為近今新生活之動機。（參閱德國蘇倫氏

Hans Furch 所著人與日光 Der Mann und die Sonne 美國巴密理博士

Dr. Parnellee 所著近世之裸體生活 *Nudity in Modern Life* (法國巴士都博士 Dr. Pastours 所著人類與陽光 *L'homme et la lumière*) 又世俗爲禮教所縛，幼孩自小時，即強使之服衣，以裸露見人爲恥。甚至頑固家庭，且不許幼孩見其自身之肉體，偶然去衣，反遭斥責。成年時身體之變化，任其自然，不敢詢諸父母。以致男女間身體之組織，及兩性間之性學，竟成一大神祕之事，任其成年以後，自行揣測。因是兩性間之邪念，愈中於人之腦筋，甫及齡之男女青年，無不有冒險嘗試之慨想。新生活主義，在使兩性青年，彼此裸見，打破神祕。彼此渾然而化，潔淨其腦筋，滅滅其妄念。又自歐戰後，人民受文明戰爭之苦，愈有厭棄文明，反諸自然之趨勢。美觀之念，婦女尤甚於男子，裸體遊戲運動等，愈可造成身軀之美，故舉國若狂，趨之若鶩。此皆促進新生活之原因也。

若然，今尚有二大疑問，須與閱者詳言之。（一）閱者必謂新生活之結果，必與文明界愈趨愈遠。男女終日裸體羣居，一如野蠻人所爲，極其所至，必率世界人類，變爲野蠻世界而後已，此疑點實爲悞解。人類原始，本與自然界接近。上古之人，大都無衣無裳，或較近世爲簡單。惟上古人類，茹毛飲血，或相率食人，男女裸逐，無所謂婚配，近世非洲土人，未感受文化者，亦與古代最初生活，相去不遠。此種人類，不諳衛生，不求清潔，不知教育，以致盲無知識，自生自滅。吾人所主張之新生活，則以衛生健康道德教育爲最大目的。雖男女混合，裸體羣居。然亦限於一定之時間，合宜之地點，且須各守道德上一定之範圍。并非通衢大道，亦可裸體遊行。又如電氣水力機械等，吾人不能一日相離。新生活實與物質文明，同時並進，且有維繫調和之用。若僅效法野蠻人，則刀鋸槌鑿，

一切用具，概可廢除。不惟不講衛生，即醫藥亦無所用。試問吾人能如此乎？新生活運動，雖通稱曰返諸天然 *Back to the Nature*，多數學者則謂勿寧稱為向天然前進 *Forward to the Nature*，須知吾人係以裸體為講求健康之一種方法，係奮鬥的，進化的，與野蠻人之僅知裸體，不可同日語。彼等係寂滅的，退化的，與吾人主義，正背道而馳也。（二）閱者既知新生活須男女裸聚，全身各部，無不於光天化日之下，瞭然共見。必謂羞恥之心，人皆有之。若所主張，必舉社會上所謂道德羞恥之藩籬，一概推翻。其流弊或致互相裸逐，任意野合，無羞恥心，無道德觀，無良好之家庭，無正式之婚配。此疑問實為關於新生活最要之燒點。在歐洲之反對新生活主義者。（此種運動名稱不一或曰天然主義或曰裸體主義或曰日光運動或曰新裸體哲學著者則以新生活三字似較適當）亦嘗以「無恥」一語為

攻擊之點。要知羞恥之念，自爲人類所不能無。但所謂羞恥者，如偷竊，姦淫，其他不端之行爲，及反乎公衆道德之舉動（如多妻蓄妾爲娼宿娼等）皆是。至人之身體，一如山石樹木，爲自然界所創造而成。清白之身，坦然共見，何所謂羞恥，（如身體上之惡疾，狐臭，及吾國舊時之蓄辮，纏足等，或可謂爲對於身體上之羞恥）吾身自幼小時，父母可以見之，有疾時醫者可以見之，夫婦間可以見之，何以他人不能共見。若謂吾身可裸，但恐他人或異性方，對於吾之裸體，有不正當之觀念發生。然人之觀念，是否純潔無疵，絕非因對方是否裸體而然。腦中不純潔之人，對方卽衣裳楚楚，亦可誘起邪念之衝動。若謂加以衣服，卽可令人保存清潔之思想，結果實得其反。且近世新奇圖勝之衣服，反可提高邪念之衝動。若彼此裸露，則天真自然，是時若有一種良心上之潛力，可使所有邪念