

JIA TING SHENG HUO
MAN HUA



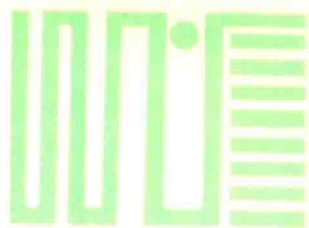
恋爱·婚姻·家庭

刘 达 临

家庭生活漫话



刘达临



思考 · 情感 · 家庭

家庭生活漫话

福建人民出版社

一九八六年·福州

家庭生活漫话

刘达临

*

福建人民出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

福建新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/36 2.888印张 2插页 53千字

1986年5月第1版

1986年5月第1次印刷

印数：1—9,000

书号：3173·321

定价：0.52元

4A57819

致 读 者

生活象一条河流，不断地流向前方。有时河面开阔，有时曲曲弯弯；有时是那么湍急，一泻千里，有时又那么平缓，水波不兴。

现在，这条生活之河正以空前的速度向前流淌着。这几年来，社会生活发展的速度实在太快了，人们生活方式的变化实在太大了。

这当然是一件大好事。生活总不能象在封建社会里那样，仿佛是一潭死水，过了几千年似乎还是那个样。现在，变化吧，发展吧，前进吧！生活总是越变越美好，越变越幸福的。

当前，许多人都在谈论所谓现代生活方式、八十年代的生活方式。现代生活方式究竟是什么？八十年代的生活方式究竟是什么？应该怎样把家庭生活安排得富有时代气息呢？有些青年认为，只要家里放上收录机、洗衣机、电冰箱、彩色电视机等几

大件，吃得好，穿得好，这就是现代生活方式了，这种理解对吗？

本书就是想用简明通俗的道理阐明什么是现代生活方式，生活方式向哪个方向发展变化，怎样在提高物质生活水平同时提高精神生活水平，怎样使生活方式更文明、健康和科学……

生活领域是十分宽广的，生活方式涉及各个方面、各个角落，本书很难面面俱到地阐述，只能从主要方面提出一些原则与指导思想供青年朋友们参考。

青年朋友们，祝你们的家庭生活方式与时代同步，越过越幸福，越过越美好！

作 者

一九八五年七月

封面设计 吴昌钦



书号: 3173·321

定价: 0.52元

目 录

[1]	什么是生活方式
[10]	家庭生活方式的改革
[17]	跳出生活观念的旧框框
[24]	物质消费和精神消费
[33]	重视闲暇时间的利用
[38]	保持家庭生活环境美
[47]	动静结合，静寓于动
[54]	时间运筹最优化
[60]	改进家务劳动
[67]	吃饭要改革
[76]	心理上永葆青春
[81]	让音乐丰富家庭生活
[88]	“沙龙”——寻求智慧的场所
[94]	科学技术与家庭生活方式

什么是生活方式

现在，许多人都在研究生活方式，这当然是一件大好事。人们不再象过去一个时期那样无休止地“斗、斗、斗”了，而是重视经济发展，重视在经济发展基础上人民生活的改善和提高。但是，究竟什么是生活方式呢？

有人说，生活方式就是吃吃、玩玩；有人说，生活方式就是怎么过日子。这些理解都不那么准确，那么全面。

根据社会学的理论，生活方式是指同一定的社会生活条件相适应的、人们生活活动的典型途径及其特征的总和。生活方式由两个因素组成：一是客观方面的，即人的生活活动的社会条件；二是主观方面的，即人对这些客观条件的态度和活动途径。

对这些问题应该怎样理解呢？

首先，生活方式并不完全取决于个人或家庭的

意愿，不能想怎么过就怎么过，它要受到社会发展水平（物质文明的发展水平和精神文明的发展水平）的限制。例如慈禧太后，即使她权再大，钱再多，她也看不到电视，享用不到电冰箱，这就是受到社会物质文明发展水平的限制。当前，在西方社会，小汽车很普及，普通职工的家庭有一、二辆小汽车是常事，但是在我们社会中，在短时期内还不可能这样，这也是受到物质文明发展水平的限制。但是，即使我们社会的生产力发展水平赶上和超过了西方发达国家，我们的生活方式将更加健康、丰富、科学，而绝不会象少数金融寡头那样穷奢极侈，挥霍无度。因为社会主义精神文明与西方文明是有根本区别的，从这里也可以明显地看出社会发展对人们生活方式的制约和影响。

但是，在社会发展条件相同的情况下，人们的生活方式又是大不相同的，例如我们和周围的同志、邻居、亲友相比，就是这样。这种不同，主要表现为时间、精力和金钱的消耗方式不同。例如，有人在读书上花了许多时间和精力，有人在体育运动上花了许多时间和精力；有人把余钱用于储蓄，有人是吃光用光。所以，我们也可以把生活方式理解为在一定的社会条件下，人们对时间、精力和金钱的消耗方式。这种消耗方式，往往取决于人们的世界观、人生观、志趣和理想。

总的说来，生活方式受到以下这些因素的影响：

一、生产方式

如前所述，生活方式是由一定的社会生产方式，首先是由社会生产力的发展水平所决定的。生产力发展水平越是低下，生活方式越是简单，仅仅只能满足生存需要；生产力发展水平越高，生活方式就越丰富多样，除了生存需要以外，享受需要和发展需要占据越来越重要的地位。

生产方式决定一个社会的政治生活、物质生活、精神和文化生活，是形成生活方式的决定因素，但并不是唯一的因素。影响生活方式的，还有上层建筑和经济基础的相互作用，社会的精神生活状况，以及社会的道德观和价值观等因素。

二、社会环境

社会环境包括自然环境和文化环境。从自然环境说来，南方和北方、山地和平原、沿海和内陆，人们的生活方式是各不相同的。恩格斯就曾经说过，阿尔卑斯山上的居民的生活永远不可能和平原的居民一样。在我国，北方居民比南方居民吃得简单，主要因为天气寒冷，农产品种类少；北方居民的房屋比南方的坚固，这也是气候条件决定的；广东人晚上睡觉很晚，许多人有喝茶的习惯，这主要因为天气炎热；有些边远地区人们很少洗澡，这和

当地天气不热、水源不足有很大关系。

文化环境对人的生活方式影响也很大。如大学教师的宿舍区和一般劳动人民的住宅区相比，他们的生活方式，从吃穿到屋内的摆设，从兴趣爱好到生活秩序都有所不同，尽管这种差别正在日益缩小。再如城市人民的生活方式和农村也有很大不同，随着社会生产力的发展，农村家庭的生活方式正在逐步向城市看齐。

三、文化素养

任何生活方式在任何时候都是一种文化现象。不同的生活方式反映了不同的文化素养。这种文化素养又集中地表现在价值观上。人们认为什么东西是最宝贵的，生活方式就往哪个方向发展。

例如有的青年认为，人活着就要为社会多作贡献，要多作贡献就要学习建设本领，于是就把学习科学技术、钻研业务作为生活的主要内容。有的青年认为：“人生在世，吃穿二字。”于是一味贪图享受，贪图安逸。有人认为西方什么都是好的，于是在生活方式上极力地仿效西方。这都是由价值观所决定的。

四、传统习惯

社会环境对生活方式的影响是从横的方面来看的，传统习惯对生活方式的影响是从纵的方面来看的。一个社会、一个群体以至一个家庭，生活方

式受传统习惯的影响很大。这种情况在家庭生活中看得很明显，有许多传统习惯往往是世代相传的。在社会变化缓慢的时候，生活方式受传统习惯的影响极大；在社会变革剧烈的时候，生活方式才会冲破传统习惯的束缚而有大的变化。

生活方式可以分为社会生活方式和个人生活方式，前者是从社会总体的角度来观察，后者是从同一社会中各人不同的情况来观察的。个人生活方式又主要体现为家庭生活方式，因为每个人的衣、食、住、行以及其它生活方面的活动主要是在家庭中进行的。在许多情况下，个人生活方式往往是家庭生活方式的同义语。

目前，在我们社会中，从青年的家庭生活来看，生活方式主要有以下几种类型：

一是进取型。一心钻研业务，改进工作，这是他们生活的主要内容。夫妻双方同心协力地安排好家务，把家务事简单化到最大程度，以腾出更多的时间和精力，扑在学习和研究上，并且认为这是生活的真谛、人生的最大幸福。

二是享乐型。把主要心思放在玩乐上，一有空闲时间，就考虑怎样把家庭布置得舒适点、漂亮点，怎样吃得好些，穿得好些，玩得好些，在这些方面花费了大量的时间和精力。

三是常规型。工作、学习、吃饭、穿衣、业余

爱好等等，都能照顾到，但都不那么突出。下班回家，做完家务事以后，小夫妻俩一起看看电视，或是看看书，或是侍弄侍弄花草，家庭是美满的，生活是平稳的。

四是无为型。生活没有明确的目标，也没有什么特殊的追求和爱好，浑浑噩噩，随波逐流，得过且过，“做一天和尚撞一天钟”。

在以上几种生活方式类型中，较多见的是常规型。进取型是令人敬佩的，但是不是每个人都能做到，坚持下来，需要有很大的毅力和勇气。而且，生活这根弦不能拉得太紧，拉得太紧就容易绷断。从一般情况看来，还要进行适当的调剂和掌握。无为型和享乐型的生活方式都不足取，因为两者都背离了人生主要的目标，没有摆正和事业的关系；常规型的生活方式“温”了一些，最好还能加加温，使它能够更好地积极进取。

现在，人们经常谈论现代化的生活方式。我们的工业、农业、国防、科技都要现代化，生活方式也要现代化，这是无可厚非的。但是，什么是现代化的生活方式，生活方式怎样现代化，理解就各不相同了：有人认为，家里买上“三大件”（电视机、收录机、电冰箱）就是生活方式现代化了；有人认为，坐坐咖啡馆，跳跳迪斯科，就是生活方式现代化了。其实，这都没有触及现代化生活方式的

本质。

一般说来，现代化生活方式应该包括以下这些主要特征：

一是有明确的理想和志向。生活不是随波逐流、得过且过，而是朝着一个坚定的目标不断前进。

二是能用人类最新的科学文化成果来不断地提高自己的生活水平。在所消费的物质生活资料中，生存资料占的比重较小，而发展资料和享受资料占的比重越来越大。

三是除了提高物质生活水平外，对精神消费也提出了很高的要求。人们享受着文化、艺术的丰硕成果，生活愉快，而且不断地提高思想和道德水准。

四是生活节奏大大加快了。人们有着很强的时间观念，惜时如金。工作和学习的时候，千方百计地提高效率，增强效果；与此同时，也会休息，会享受，会玩，通过休息、享受、游玩，恢复和增强工作和学习所必需的精力，使生活丰富多彩。

从以上所述的现代生活方式的主要特征看来，生活方式的有些内容无论是在社会主义社会还是资本主义社会都是基本相同的，如提高物质生活水平、提高时间效率等；但是，在生活的目标和精神消费、文化生活方面，就有很大的区别。现在，党

中央第一次把生活方式问题写进了文件。《中共中央关于经济体制改革的决定》指出：“在创立充满生机和活力的社会主义经济体制的同时，要努力在全社会形成适应现代生产力发展和社会进步要求的，文明的、健康的、科学的生活方式，摒弃那些落后的、愚昧的、腐朽的东西；要努力在全社会振奋起积极的、向上的、进取的精神，克服那些安于现状、思想懒惰、惧怕变革、墨守陈规的习惯势力。这样的生活方式和精神状态，是社会主义精神文明建设的重要内容，是推进经济体制改革和物质文明建设的巨大力量。”这段话，清楚地把社会主义生活方式的基本要求揭示出来了：第一，生活方式要适应现代生产力发展和社会的进步要求。如提高效率、扩大人际交往、重视学习提高等等。第二，生活方式的内容要文明、健康、科学。五讲四美三热爱应该是今天文明、健康、科学的生活方式的体现。第三，要振奋起积极的、向上的、进取的精神，克服那些安于现状、思想懒惰、惧怕变革、墨守陈规的习惯势力。总之，生活方式要体现时代的精神，要催人向上。

我们的家庭生活方式应该鲜明地体现出社会主义生活方式的基本要求，在这方面，有许多问题需要探索和改革。例如：在家庭生活中，应该怎样恰当地分配时间，从而能挤出更多的时间来学习和进行

家庭生活方式的改革

在一个社会大变革、大起飞的过程中，要有敢于变革的思想，要敢于冲破一些不适应现代生活节奏的规章制度，也要重视生活方式的变革。历史告诉我们，一个大的社会变革往往是和生活方式的变革联系在一起的。孙中山在领导辛亥革命时提倡穿中山装，不穿长袍马褂，辛亥革命前后男人剪辫子，“五四”运动前后女青年留短发等等，都是变革。随着我国经济体制改革的不断深入，在生产发展的基础上，人们的生活方式也必然会出现变革。

生活方式的变革突出地表现在家庭生活方式的变化中，因为家庭是社会生活的基本单位，人们的衣、食、住、行、休息等等，主要是在家庭中安排的。目前，随着社会主义物质文明和精神文明建设的发展，我国城乡居民的生活水平日益提高，家庭生活方式发生了很大变化。据有关方面分析，这种