

光東印務局

本局承印中西書籍月報日刊
族譜帖式大小文件精鑄各種
鉛字粒花邊巧製大小電版工
作精良釘裝美麗起貨快捷依
期無悞如

蒙惠顧價格從廉

地址財政廳前二百十號

電話總局九零七號

中山全書

(學說)

自序

文奔走國事三十餘年。畢生學力。盡萃於斯。精誠無間。百折不回。滿清之威力所不能屈。窮途之困苦所不能撓。吾志所向。一往無前。愈挫愈奮。再接再厲。用能鼓動風潮。造成時勢。卒賴全國人心之傾向。仁人志士之贊襄。乃得推覆專制。創建共和。本可從此繼續。實行革命黨所抱持之三民主義五權憲法。與夫革命方略所規定之種種建設宏模。則必能乘時一躍。而登中國於富強之域。躋斯民於安樂之天也。不圖革命初成。黨人即起異議。謂予所主張者理想太高。不適中國之用。衆口鑠金。一時風靡。同志之士。亦悉惑焉。是以予爲民國總統時之主張。反不若爲革命領袖時之有效而見之施行矣。此革命之建設所以無成。而破壞之後。國事更因之以日非也。

夫去一滿洲之專制。轉生出無數強盜之專制。其爲毒之烈。較前尤甚。於是。而民愈不聊生矣。溯夫吾黨革命之初志。本以救國救種爲志。欲出斯民於水火之中。而登之衽席之上也。今乃反令之陷水益深。蹈水益熱。與革命初衷大相違背者。此固予之德薄無以化格同儕。予之能鮮不足駕馭羣衆。有以致之也。然而吾黨之士。於革在宗旨。革了方略。亦難免有信仰不篤。奉行不力之咎也。而其所以然者。非盡關乎功成利達而移心。實多以思想錯誤而懈志也。此思想之錯誤爲何。即知之非艱。行之惟艱之說也。此說始於傳說對武丁之言。由是數千年來。深中於中國之人心。已成牢不可破矣。故予之建設計畫。一一皆爲

此說所打銷也。嗚呼。此說者。予生平之最大敵也。其威力當萬倍於滿清。夫滿清之威力。不過紙能殺吾人之身耳。而不而誓吾人之志也。乃此敵之威力。則不惟能奮吾人之志。且足以迷億兆人之心也。是故當滿清之世。予之主張革命也。猶能日起有功。進行不已。惟自民國成立之日。則予之主張建設。反致半籌莫展。一敗塗地。吾三十年來精誠無間之心。幾為之冰消瓦解。百折不回之志。幾為之槁木死灰者。此也。可畏哉此敵。可恨者此敵。兵法有云攻心為上。是吾黨之建國計畫。即受此心中之打擊者也。

夫國者人之積也。人者心之器也。而國事者。一人羣心理之現象也。是此政治之隆污。係乎人心之振靡。吾心信其可行。則移山填海之難。終有成功之日。吾心信其不可行。則反掌拆枝之易。亦無收效之期也。心之為用大矣哉。夫心也者。萬物之本源也。滿清之顛覆者。此心成之也。民國之建設也。此心敗之也。

夫革命黨之心理。於成功之始。則被知之非艱。行之惟艱之說所奴。而視吾策為空言。遂放棄建設之責任。如是則以後之建設責任。非革命黨所得而專也。迨夫民國成立之後。則建設之責任。當為國民所共負矣。然七年以來。猶未覩建設事業之進行。而國則日形糾紛。人民則日增痛苦。午夜思維。不勝痛心疾首。

夫民國之建設事業。實不容一刻視為緩圖者也。國民。國民。究成何心。不能乎。不行乎。不知乎。吾知其非不能也。不行也。亦非不行也。不知也。倘能知之。則建設事業。亦不過如反掌拆枝耳。回顧當年。予所耳提面命而傳授於革命黨員。而被河漢為理想空言者。至今觀之。適為世界潮流之需要。而亦當為民國建設之資材也。乃嗚呼之於書。名曰建

國方略。以爲國民所取法焉。然尙有躊躇審顧者。則恐今日國人社會心理。猶是七年前之黨人社會心理也。依然有此之非艱。行之惟艱之大敵橫梗於其中。則其以吾之計畫爲理想空言而見拒也。亦若是而已矣。故先作學說。以彼此心理之大敵。則出國人之思想於迷津。庶幾吾之建國方略。或不致再被國人視民理想空談也。夫如是。乃能萬衆一心。奮起直追。以我五千年文明優秀之民族。應世界之潮流。而建設一政治最修明人民最安樂之國家。爲民所有。爲民族治。爲民所享者也。則其成功必較革命之破壞事業爲尤速尤易也。時民國七年。十二月。三十日。孫文自序於上海。

學說目次

孫文學說

- | | |
|-----|-------|
| 第一章 | 以飲食爲證 |
| 第二章 | 以用錢爲證 |
| 第三章 | 以作文爲證 |
| 第四章 | 以作事爲證 |
| 第五章 | 知行總論 |
| 第六章 | 能知必能行 |
| 第七章 | 不知亦能行 |
| 第八章 | 有志竟成 |

中山全書（學說）

孫文學說 行易知難

第一章 以飲食爲證

當革命破壞告成之際。建設發端之始。予乃不樂與高柔烈。欲以予生平之抱負。與積年研究之所得。定爲建國計畫。舉而行之。以冀一躍而登中國於富強隆盛之地焉。乃有難子者曰。先生之志。高矣遠矣。先生之策。固矣深矣。其奈知之非難。行之惟難何。予初聞是言也。爲之惶然若失。蓋行之惟難一說。吾心亦信而無疑。以爲吾人不我欺也。繼思有以打破難關。以達吾建設之目的。於是以陽明知行合一之說。以勵同人。推久而久人。終覺奮勉之氣。不勝畏難之心。舉國趨勞。若如是也。予乃廢而返。專從事於知易行難一問題。以研求其究竟。幾費年月。始恍然大悟於古人之所傳。今人之所信者。實似是而非也。乃爲之豁然自得。欣然而喜。知中國事向來之不振者。非坐於不能行也。實坐於不能知也。及其既知之而又不行者。則誤於以知爲易。以行爲難也。倘能證明知非易。而行非難也。使中國人無所畏。而樂於行。則中國之事大有可爲矣。於是予以予構思所得之十事。以證明行之非難而知之惟難。以供學者之研究。而破世人之迷惑焉。

夫知之非難。行之惟難一語。傳之數千年。習之遍全國。四萬萬人心理中。久已認爲天經地義而不可祇易者矣。今一旦對之曰。此爲似是而非之說。實與真理相背馳。則人必難遽

信。無已。請以至尋常至易行之事以證明之。夫飲食者。至尋常至易行之事也。亦人生至重要之事而不可一日或缺者也。凡一切人類物類。皆能行之。嬰孩一出母胎則能之。雞一脫蛋壳則能之。無待於教者也。然吾人試以飲食一事。反躬自問。究能知其底蘊者乎。不獨普通一般人不能知之。即近代之科學已大有發明。而專門之生理學家、醫藥學家、衛生學家、物理家、化學家。有專心致志以研究於飲食一道者。至今已數百年來。亦尚未能窮其究竟者也。

我中國近代文明進化。事事皆落人之後。惟飲食一道之進步。至今尙爲文明各國所不及。中國所發明之食物。固大盛於歐美。而中國烹調法之精良。又非歐美所可並駕。至於中國人飲食之習尚。則比之今日歐美最高明之醫學衛生家所發明最新之學理。亦不過如是而已。何以言之。夫中國食品之發明。如古所稱之八珍。非日用尋常所需。固無論矣。即如日用尋常之品。如金針、木耳、豆腐、豆芽等品。實素食之良者。而歐美各國並不知其爲食品者也。至於肉食。六畜之臟腑。中國人以爲美味。而英美人往時不之食也。而近年亦以美味視之矣。吾往在粵垣。曾見有西人鄙中國人食豬血以爲粗惡野蠻者。而今經醫學衛生家所研究而得者。則豬血涵鐵質獨多。爲補身之無上上品。凡病後產後及一切血薄症之人。往時多以化煉之鐵劑治之者。今皆用豬血以治之矣。蓋豬血所涵之鐵。爲有機體之鐵。較之無機體之煉化鐵劑。尤爲適宜於人之身體。故豬血之爲食品。有病之人食之固可以補身。而無病之人。食之亦可以益體。而中國人食之。不特不爲粗惡野蠻。且極合於科學衛生也。此不過食品之一耳。其餘種種食物。中國自古有之。而西人所未知者。不可勝數也。

如魚翅燕窩。中國人以後上品。而西人見華人食之。則以爲奇怪之事也。

夫悅目之畫。悅耳之音。皆爲美術。而悅口之味。何獨不然。是烹調者。亦美術之一道也。西國烹調之術。莫善於法國。而西國文明。亦莫高於法國。是烹調之術。本於文明而生。非深孚乎文明之種族。則辨味不精。辨味不精。則烹調之術不妙。中國烹調之妙。亦足表文明進化之深也。昔者中西未通市以前。西人只知烹調之道。法國爲世界之冠。及一嘗中國之味。莫不以中國爲冠矣。近代西人之游中國內地者。以赫氏爲最先。當清季道光年間。後曾潛行各省而達西藏。彼所著之游記。稱道中國之文明者不一端。而尤以中國調味爲世界之冠。近年華僑所到之地。則中國飲食之風盛傳。在美國紐約一城。中國菜館多至數百家。凡美國城市。幾無一無中國菜館者。美人之嗜中國味者。舉國若狂。遂至令土人之操同業者。大生妒忌。於是造出謠言。謂中國人所用之醬油。涵有毒質。傷害衛生。致他昧市政廳有議禁止華人用醬油之事。後經醫學衛生家嚴爲考驗。所得結果。則醬油不獨不涵毒物。且多涵肉精。其質與牛肉汁無異。不獨無礙乎衛生。且大有益於身體。於是禁令乃止。中國烹調之術。不獨遍傳於美洲。而歐洲各國之大都會。亦漸有中國菜館矣。日本自維新以後。習尙多採西風。而獨於烹調一道。猶嗜中國之味。故東京中國菜館亦林立焉。是知口之於味。人所同也。

中國不獨食品發明之多。烹調方法之美。爲各國所不及。而中國人之飲食習尙。暗合於科學衛生。尤爲各國一般人所望塵不及也。中國常人所飲者爲清茶。所食者爲淡飯。而加以菜蔬豆腐。此等之食料。爲今日衛生家所考得爲最有益於養生者也。故中國窮鄉僻壤之人

。飲食不及酒肉者。常多上壽。又中國人口之繁昌。與乎中國人拒疾疫之力常大者。亦未嘗非飲食之暗合衛生有以致之也。倘能更從科學衛生上再用工夫。以求其知。而改良進步。則中國人種之強。必更駕乎今日也。西人之倡素食者。本於科學衛生之知識。以求延年益壽之功夫。然其素食之品。無中國之美備。其調味之方。無中國之精巧。故其熱心素食家。多有太過於菜蔬之食。特致滋養料之不足。而致傷生者。如此。則素食之風。斷難普遍全國也。中國素食者。必食豆腐。夫豆腐者。實植物中之肉料也。此物有肉料之功。而無肉料之毒。故中國全國皆素食。已習慣為常。而不待學者之提倡矣。歐美之人與飲者濁酒。所食者腥膻。亦相習成風。故雖在前有科學之提倡。在後有重法厲禁。如近代時俄美等國之厲行酒禁。而一時亦不能轉移之也。單就飲食一道論之。中國之習尚。當超乎各國之上。此人生最重之事。而中國人已無待於利誘勢迫。而能習之成自然。實為一大幸事。吾人當保守之而失。以為世界人類之師範也可。

古人曰。人為一小天地。良有以也。然而以之為一小天地。無寧謂之為一小國家也。蓋體以各臟腑分司全體之功用。無異於國家各職司分理全國之政治。惟人身之各機關。其組織之完備。運用之靈巧。迥非今世國家之組織所能及。而人身之學妙。尚非人類今日知識所能窮也。據最近科學家所考得者。則造成人類及動植物者。乃生物之元子為之也。生物之元子。學者多譯之為細胞。而作者今特創名之曰先元。蓋取物物元始之意也。生元者何物也。曰。其為物也。精矣微矣。神矣妙矣。不可思議者矣。按今日科學所能窺者。則生元之為物也。乃有知覺靈明者也。乃有動作思為者也。乃有主意計畫者也。人身結構之精

愈神奇者。生元爲之也。人性之聰明知覺者。生元發之也。動植物狀態之奇奇怪怪。不可思議者。生元之構造物也。生元之構造人類及萬物也。亦猶乎人類之構造屋宇於車城市橋梁等物也。空中之飛鳥。即生元所造之飛行機也。水中之鱗介。即生元所造之潛航艇也。孟子所謂良知良能者非他。即生元之知生元之能而已。自圭哇里氏發明生元有知之理而後。則前時之哲學家所不能明者。科學家所不能解者。進化論所不能通者。心理學所不能道者。今皆可由此而豁然貫通。另闢一新天地。爲學問之試驗場矣。人身既爲生元所構造之國家。則身內之飲食機關。直爲生元之糧食製造廠耳。人所飲食之物品。即生元之供養料。及需用料也。生元之依人身爲生活。猶人類之依地球爲生活。生元之結聚於人身各部。猶人之居住於各城市也。人之生活以溫飽爲先。而生元亦然。故其生活以燃料爲最急。而材料次之。

吾人所食之物。八九成爲用之於燃料。一二成乃用之於材料。燃料之用有二。其一爲暖體。是猶人之升火以禦寒。二爲工作。是猶工廠之燃煤以發力也。是以作工之人。需燃料多而食量大。不作工之人。需燃料少食量亦少。倘食物足以供給身內之燃料有餘。而其所餘者。乃化成脂肪而蓄之體內。以備不時之需。倘不足以供身內之燃料。則生元必取身內所蓄之脂肪。以供燃料。脂肪既盡。則取及肌肉。故飲食不充之人。立形消瘦者。此也。材料乃生元之供養料。及身體之建築料。材料若有多餘。則悉化爲燃料。而不蓄留於體內。此猶之城市之內。建築之材木過多。反成無用。而以之代薪也。故材料不可過多。過多則費體內機關之力。以化之爲燃料。而其質若不適爲燃料。則燃後所遺渣滓於中體。又須

費腎臟多少工夫。將渣滓清除。則司其事之臟腑。有過勞之患。而損害隨之。非所宜也。食物之用。分爲兩種。一爲燃料。素食爲多。一爲材料。肉食爲多。材料過多。可變爲燃料之用。而燃料過多。材料欠缺。則燃料不能變爲材料之用。是故材料不能欠缺。倘有欠缺。必立損元氣。材料又不可過多。倘過多則有傷臟腑。世之人倘能知此理。則養生益壽之道。思過半矣。

近年生理學家之言食物分量者。不言其物質之多少。而言其所生熱力之多少以爲準。其法用器測量。以物質燃化後。能令一格廉（中國二分六厘）水熱至百度表一度爲一熱率。故稱食物有多少熱率。或謂人當食多少熱率等語。此已成爲生理學之一通用術語矣。以後當用此以言食量也。

食物之重要種類有三。即淡氣類、炭類、脂肪類。此外更有。水、鹽、鐵、磷、鈣、鈉各質，並生機質。（此質化學家尙本考確爲何元素）皆爲人生所不可少也。淡氣類一格廉有四零一熱率。炭類一格廉有四零一熱率。脂肪類一格廉有九零三熱率。淡氣質以蛋白質爲最純。而各種畜肉及魚類皆涵大部分淡氣。植物中亦涵有淡氣質。而以黃豆青豆爲最多。每人每日養身材料之多少。生理學家之主張各有不同。有以需蛋白質一百格廉爲度者。有主張五十格廉便足者。至於所用熱率多少。奧國那典氏所考得凡人身之重。每一基羅。（中國二十四兩）輕工作時當需二十四至四十熱率。重工作時當需四十四至六十熱率。如是其人爲七十基羅重者。於輕工作時當需食料二千八百熱率。於重工作時當需食料三千五百至四千熱率。但佛列查氏曾親自試驗彼身重八十六基羅。而每日所食蛋白質四十五格廉。

(中國一兩一錢七分)燃料二千六百熱率。其後體質雖減少十三基羅有奇。然其康健較前尤勝。後再減少食料。至三十八格廉蛋白。一千五百八十熱率。而其身體康健繼續如常。各生理學家爲飲食度量之試驗者多矣。而其爲身體材料所需之淡氣質。總不外由五十格廉至一百格廉。即中國衡一兩三錢至二兩六錢之蛋白質也。其爲身體之燃料所需者。之外三四千熱率之間耳。其間有極重之工作。有需熱率至五千者。此則不常見也。

人間之疾病。多半從飲食不節而來。所有動物。皆順其自然之性。即純聽生元之節制。故於飲食之量。一足其度。則漸不多食。而上古之人。與今之野蠻人種。文化未開。天性未漓。飲食亦多順其自然。故少受飲食過量之病。今日進化之人。文明程度愈高。則去自然亦愈遠。而自作之孽亦多。如酒也。烟也。鴉片也。鴿片也。種種戕生之物。日出日繁。而人之嗜好邪僻。亦以文明進化而加增。則近世文明人類受飲食之患者實不可勝量也。

作者曾得飲食之病。即胃不消化之症。原起甚微。嘗以事忙忽略。漸成重症。於是自行醫治。稍愈。仍復從事奔走而忽略之。如是者數次。其後則藥石無靈。祇得慎講衛生。凡堅硬難化之物。皆不入口。所食不出牛奶、粥糜、肉汁等物。初頗覺效。繼而食之至半年以後。則比等食物亦歸無效。而病則日甚。胃痛頻來。幾無法可治。乃變方法施以外治。用按摩手術以助胃之消化。此法初施。亦生奇效。而數月後。舊病仍發。每發一次。比前更重。於是更覓按摩手術而兼明醫學者。乃得東京高野太吉先生。先生之手術固超越尋常。而又著有抵抗養生論一書。其飲食之法。與尋常迥異。尋常西醫飲食之方。皆令病者食易消化之物。而戒堅硬之食。而高野先生之方。則令病者戒除一切肉類及溶化流動之物。及

粥糜牛奶雞蛋。肉汁等。而食堅硬蔬菜鮮菓。務取筋多難化者。以抵抗腸胃。使其發力。以復其自然之本能。吾初不之信。乃繼思吾之服粥糜牛奶等物。已一連半年而病終不愈。乃有一試其法之意。又見高野先生之手術。已能愈我頑病。意更決焉。而先生則曰。手術者。乃一時之治法。若欲病根斷絕。長享康健。非遵我抵抗養生之法不可。遂從之而行。果得奇效。惟愈後數月。偶一食肉或牛奶雞蛋湯水茶酒等物。病又復發。始以爲或有他因。不獨關於所食也。其後三四次皆如次。於是不得不如高野先生之法。戒除一切肉類。牛奶、雞蛋、湯水、茶、酒、與夫一切辛辣之品。而每日所食。則硬飯與蔬菜及少許魚類。而以鮮菓代茶水。從此舊病若失。至今兩年。食量有加。身體康健勝常。食後不覺積滯而覺暢快。此則十年以來所未有。而近兩年始復見之者。余曩時曾肄業醫科。於生理衛生之學。自謂頗有心得。乃反於一己之飲食養生。則忽於微漸。遂生胃病。幾於不治。幸得高野先生之抵抗養生術。面積年舊症一旦消除。是實醫道中之大革命也。於此可見飲食一事之難知有如此。且人之稟賦各有不同。故飲食之物。宜於此者不盡宜於彼。治飲食之病。亦各異其術。不能一概論也。惟通常飲食養生之大要。則不外乎此節而已。不爲過量之食。即爲養生第一要訣也。又肉食本爲構成身體之材料。及補充身體之材料。元氣所賴以存。爲物至要。而不可稍爲虧缺者也。然其所需之量。與身體之大小。有一定之比例。如上所述者。所食不可過多。過多則損多益少。故食肉過量而傷生者。獨多於他病也。夫肉食之度。老少當有不同。青年待長之人。肉食可以稍多。壯年生長已定之人。肉食宜減。老年之人。則更宜大減。

大素食爲延年益壽之妙術。已爲今日科學家、衛生家、生理學家、醫學家所共認矣。而中國人之素食。尤爲適宜。惟豆腐一物。當與肉食同視。不宜過於身體所需材料之量。則於衛生之道其庶幾矣。

雖然。飲食之物。需擇精矣。而其分量。亦適合乎身體之需要矣。而於飲食之奧義。猶未能謂爲知也。飲食入口之後。作如何變化。及既消化之。而由腸胃吸收入血之後。又如何變化。其奧妙比之未入口之品物。更爲難知也。食物入口之後。首經舌官試驗之。若其不適於胃腸之物。即立吐而出之。若其適合於胃腸之變化也。舌官則滋其味而飲納之。由是牙齒咀嚼之。口津調和溶化之。粉質之物。則化之爲糖。其他之物。則牙齒磨碎之。舌尖捲而送之以入食管。食管中管而送之下胃臟。食物入胃之後。則胃之下口立即緊閉。而收蓄食物於胃中。至足度之時。則胃之生元報告於腦。而腦則發令止食。而吾人覺之。名之曰飽。此胃臟作用之一。所以定全體每度所應需物料之多寡也。食飽之後。當立停止。如再多食。則傷生矣。食物蓄滿於胃之後。胃津則和化肉質。如口津之化粉質焉。而胃肌則申縮搖磨。將食物化爲細糜。始開下口而送之入於小腸。到小腸上部時。則細糜與甜肉汁和合。凡口津胃津所不能化之物。而甜肉汁可以補而化之。令之悉成爲糜漿。而經過二十餘尺之小腸。輾轉廻旅。而爲小腸之機關吸收之。由迴管而入於肝。其適於養身之料。則由肺管而導入心臟。由心臟鼓之而出脈管。以分配於全體。爲生元之發料及燃料也。其不適於長體之物。則有肝臟淘汰之。不使入血。而導之入膽囊。再由膽管導之出小腸。而爲利大便之津液。其小腸所吸餘之物。則爲渣滓而入於大腸。在大腸時。仍有吸收機關。補

吸小腸所遺餘之養料。遂由大腸而推入直腸。則純爲渣滓。不適於身體之用矣。直腸積滿渣滓之後。則送之出肛門。而爲大便。此飲食之終始也。

惟食物既入血之後。尙多種種之變化。此非專從事於生理學者則不能知之。而雖從事於生理學者。亦不能盡知之也。此飲食之事之關於體內之組織者。爲天然之性。吾人本屬難知。則就飲食之未入人身之前之各種問題。如糧食之生產。糧食之運輸。糧食之分配。及饑饉之防備等問題純屬人爲者。亦正不易知之也。近代國家之行政策者。以德國之組織爲最進步。而此次歐戰一開。則德國海而被英封禁。糧食時虞缺乏。社會忽起恐慌。人民備受種種之痛苦。至兩年以後。乃始任巴特基氏爲全國糧食總監。巴氏乃用科學之法。以經理糧食。而竭乏之事。始得無虞。恐慌之事漸息。而人民之痛苦亦漸減。由是德國乃能再支持二年之久。否則早已絕糧而降服矣。按巴氏未經理糧食之前。民間之買食物者。常千百候於店門之外。須費多少警察之約束。始能維持秩序。店夥按序分配。先到者先得。及至賣盡。則後至者常至空手而回矣。故欲得食物者。多有通宵不睡。先一夜而至。候於糧食店之門外。以待黎明買物者。而常時德國有醫學博士諷之云。使買油之婦在家多睡六小時。則身體中所涵蓋之油。較之彼從油店所買得者多矣。此可想見其當時困苦情形也。而巴氏之法。亦不外乎平均節用而已。考德國未戰之前。其自產之糧食。可足全國八成以上之用。其輸入之糧食。不過二成左右耳。然而民家廚中及飯店廚中。每日所虛耗者。已不止二成。而個人所食不需要於養生之品。及過食需要之品。亦不止二成。故巴氏於廚中則止絕虛耗。於個人則限口結糧。而人每以若干熱率爲準。如是一出人之間。糧不加多。

而食則綽有餘矣。其後更從事於推廣生產。凡園庭花圃游場。與及一切餘地荒土。悉懇爲農田。並多製各種之化學田料。從民糧食無竭矣。前此兩年之久。人民備受多少之痛苦。視爲無可挽救者。而巴氏之法一行。則能使家給人足。貧而能均。各取所需。無人向隅者。非行之艱。實知之艱也。

括而言之。食物入口之後。其銷化工夫。吸收工夫。淘汰工夫。建築工夫。燃燒工夫。種種作爲。誰實爲之。譬有人見原料之入工廠。經機器之動作。而變成精美之貨物。以供世用者。謂爲機器爲之。可乎。不可也。蓋必有人工以司理機器。而精美之貨物乃可成也。身內飲食機關於如此之妙用者。亦非機關自爲之也。乃身內之生元爲之司理者也。由此觀之。身內飲食之事。人人行之。而終身不知其道者。既如此。而身外食貨問題。人人習之。而全國不明其理者。又如彼。此足以證明行之非艱。知之惟艱也。或曰。飲食之事。乃天性使然。故有終身行之面不知其道者。至於其他人爲之事。則非可與此同日而語也。今作者更請以人爲之事於下章證之。

第二章 以用錢爲證

今再以用錢一事。爲行易知艱之證。夫人生用錢一事。非先天之良能。乃後天之習尚。凡文明之人。自少行之以至終身。而無日或間者也。飲食也非用錢不可。衣服也非用錢不可。居家也非用錢不可。行路也非用錢不可。吾人日日用之。視爲自然。惟知有錢用。則專事如意。左右逢源。無錢用。則萬般棘手。進退維谷。故莫不孜孜然惟錢是求。惟錢是賴。

矣，社會愈文明。工商愈發達。則用錢之事愈多。用錢之途愈廣。人之生死禍福。悲喜憂樂。幾悉爲錢所裁制。於是金錢萬能之觀念。深中乎人心矣。

人之於人也。既如此其切要。人之用錢也。又如此其慣熟。然則錢究爲何物。究屬何用。世能知之者有幾人乎。吾今欲與讀者先從金錢之爲物而研究之。古人有言。錢幣者。所以易貨物。通有無者也。泰西之經濟學家亦曰。錢幣者。亦貨物之屬。而且有二種重要功用。一能爲百貨交易之中介。二能爲百貨價格之標準者也。作者統此兩用。而名之曰中準。故爲一簡明之定義曰。錢幣者。百貨之中準也。

中國上古之錢幣。初以龜貝、布帛、珠玉爲之。繼以金、銀、銅、錫爲之。今日文化未開之種族。其錢幣多有與我上古初期相同者。而遊牧之國。有以牛馬爲錢幣者。漁獵之鄉。有以皮貝爲錢多者。耕種之民。有以粟粟爲錢幣者。今之帶古西藏。亦尙有以鹽茶爲錢幣者。要之能爲錢幣者。固不止一物。而各種族則就其利便之物。而採之爲錢幣而已。專門之錢幣學者論之曰。凡物能爲百貨之中準者。尤貴有七種重要之性質。方適爲錢幣之上選。其一適用而價值者。其二便於攜帶者。其三不能燬滅者。其四體質純淨者。其五價值有定者。其六容易分開者。其七容易識別者。凡物具此七種之性質者。乃爲優良之錢幣也。周制。以黃金爲上幣。白金爲中幣。赤金爲下幣。秦并天下。統一幣制。以金銀銅錢爲幣。而廢珠、玉、龜貝、布帛、銀、錫之屬。不以爲幣。周秦而後。雖屢有變更。然總不外乎金、銀、銅、三種之物以爲幣。而文明各國。亦採用此三金爲錢幣。有以黃金爲正幣。而銀銅爲輔幣者。有以銀爲正幣。而銅爲輔幣者。古今中外。皆採用金、銀、銅、爲錢幣。