

2551 書叢養修 5 活生

青年修養講話

周楞伽 著



光明書局刊

171.1
H027

生活與修養叢書

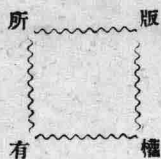
青年修養講話

周榜如著

上海光明書局印行

中華民國廿九年四月再版

中華民國廿九年一月初版發行
中華民國廿九年四月再版發行



發行所

支店

昆明 重慶 桂林 柳州 金華

上海福州路二九六號
電話九六四二〇

光明書局

生活與青年修養講話 (全一冊)
修養叢書

實價國幣七角五分

(外埠另加
寄費運費)

著作者 周 楞 伽

發行者 光明書局

印刷者 光明印刷局

「生活與修養叢書」發刊緣起

中國正在推動着歷史上空前未有的偉烈的戰潮。生逢此世而又身處此境的每個青年朋友，固不僅有古語所謂不進則退之危，甚至有慘遭滅頂之險。爲要應付時艱，加緊訓練自己的身心，充實自己的力量，把握潮流的動向，都是必要的準備。唯其這樣，才能夠風來擋風，浪來破浪。我們認爲青年是國家的主人，是時代的前驅，使命之大，工作之重，貢獻之多，有歷史的明鏡足資證實，有光輝的前途可以預斷。這部叢書的目標，即在以青年生活與教養爲中心，偏及於個別的實際問題，目光不妨放在遠處大處，做法不免從小處近處切實着手，不過分偏重理想，却也決不過分遷就現實，但求修養與服務並進，理論與實踐統一，換句話說，就是「知行合一」，同時力避空談主義，排除說教方式，掃蕩妖孽毒霧，務使每一部書對於青年都有一種切身的裨益，而間接地對於民族社會也都有「一點微末的貢獻」，雖然這只是一點一滴，在我們也就「於願已足」了。是爲序。

貝

華

一九四〇年一月

序言

有人把人的生活分成了兩種，一種是詩的生活，也就是理想的生活，這種人把自己的理想看得非常之高，而看不起現實生活中的一切，永遠只知道爲實現自己的理想努力奮鬥，甚至雖犧牲生命亦所不惜。還有一種是散文的生活，也就是現實的生活，這種人根本沒有什麼崇高的理想，只知道在現實社會中隨俗浮沉，把個人的安全看得高過於一切之上，但求自己的生活不發生問題，便終日無憂無慮，快樂逍遙了。

一般有新思想的進步青年，大概都崇拜詩的生活而唾棄散文的生活，我個人也和他們抱着同感。但我不能不指出，這兩種生活方式都有缺點，都不完全。過詩的生活的人太偏重了理想，殊不知要使理想實現，必須腳踏實地切切實實的去幹，否則懸空飄盪，連自己的生活都要發生問題，怎麼還能實現理想？過散文生活的人太偏重了現實，一些理想都沒有，他的生命又未免庸俗不堪，縱使他能夠過着舒適的生活，充其量也不過是酒囊飯袋而已。我以爲，現代的青年，最適當的生活方式，應該是詩與散文綜合的生活。這就是說，有着

崇高的理想的人，要能實踐地和現實生活相配合，而過着現實生活的人，也要能具有一些崇高的理想。這並不是什麼調和主義，中庸主義，因為要積極地面對着人生，把日常生活中所發生的一切問題，都予以切當的正面的解決，就非如此不可。否則你最多祇能做成一個漂亮的空談家，而永遠是一個不近人情不切實際的青年。

我曾和不少青年接觸過，他們大抵都有着崇高的理想，但對於普通的生活常識和做人道理却一些都不懂，以致在現實社會裏到處碰壁，連最低限度的生活都無法維持，這完全是偏重理想而不實踐地把理想和現實生活配合的結果。要知道單有理想而無生活的技能是無法換飯吃的，存在決定思維，當你自己的生存都發生問題時，試問你將何從實現你的理想？

生活的本身就是一部哲學，牠比任何邏輯都更要深奧，更多變化。我順利地向你說唯物辯證法的法則和範疇，但我却無法向你說得完做人的道理。事實上，對於做人的道理，我自己也還正在學習的途中，這裏所寫的一些，不過是一個剛踏上三十歲的青年，訴說他半世所積的經驗而已，雖然對你也許不無微末的貢獻。

目次

第一篇 人生的基本認識

一 人生是不斷的戰鬥·····	二
二 不要專想「向上爬」·····	四
三 應當用自己的腦子·····	八
四 我們要常常批判生活·····	二
五 生活要科學化藝術化·····	一五
六 人生要有計劃有秩序·····	一九
七 建立正確的人生觀·····	二三
八 認識人生的真意義·····	二七
九 生命應看得比任何都貴重·····	三
一〇 樂觀地去創造未來·····	三四

第二篇 思想和意志的訓練

- 一 學習進步的世界觀……………四〇
- 二 堅持自己信仰的思想……………四三
- 三 澈底地去認識真理……………四七
- 四 透過複雜的現象把握本質……………五〇
- 五 鍛鍊鋼鐵般堅強的意志……………五四
- 六 要征服環境不要被環境征服……………五九
- 七 培養堅忍不拔的精神……………六三
- 八 造成自由獨立的人格……………六七
- 九 切莫讓機會悄悄溜過……………七〇
- 一〇 勇於回頭改正自己的過失……………七五
- 一一 充分發揮自己的生命……………七九

一二 腳踏着現實心懷着希望 八三

第三篇 讀書與求學

一 求學要求最有用的學問 八

二 讀書不應以個人利益爲目的 九

三 什麼是正常的讀書態度 九

四 選擇我們所需要的書籍 九

五 從奮鬥中創造書讀環境 一〇

六 怎樣增進讀書的效能 一〇

七 個人的研究和集體的研研究 一〇

八 用札記來幫助記憶 一三

第四篇 事業與職業

一 事業的成功決定於社會條件 一八

二	在不斷的失敗中孕育着成功.....	二三
三	勤奮和有恆是成功的要素.....	二四
四	盡職是人生最高的目的.....	二七
五	什麼是正當職業的標準.....	三〇
六	就業前應有的準備.....	三三
七	擇業時不應過分自尊.....	三五
八	對不合興趣的職業的補救.....	三八
九	如何克服職業上的精神痛苦.....	四三
一〇	怎樣穩固自己的職業.....	四五
一一	失業人應該認清目標.....	四八

第五篇 從個人到羣體

一	做人是人生最難的一課.....	一五
---	-----------------	----

- 二 要自信也要能信人……………一六
- 三 對人要肯爲別人着想……………一六
- 四 交友以忠恕信義爲先……………一七
- 五 克服惡劣環境的誘惑……………一七
- 六 參加團體生活的必要……………一七
- 七 怎樣組織嚴密的集團……………一八
- 八 對國家大事要密切關心……………一八
- 九 憑進步的認識推動歷史進展……………一七

第
五
篇

人生的基本認識

一 人生是不斷的戰鬥

人生的過程，是一串連續不斷的戰鬥。從生下地來的那天起，他就命定地成為戰鬥的一員了。除了嬰孩時代，需要成人的扶助，去抵抗寒暑的侵襲，避免病魔的纏擾，以及種種足以危及生命的可能性外，從少年到老年，幾乎無時不處在戰鬥的狀態裏。少年時代是學習和蓄積戰鬥的力量，青年時代方是大戰的開始。這時候，他一方面要努力於生活資料（衣食住）的獵取，一方面要對付社會上的種種明鎗暗箭，好像駕着獨木舟經過急湍亂石間一樣，過了一個險灘，不知道前面還有幾多險灘；又好像爬山一樣，剛爬過一道山峰，前面又現出了更高遠的山峰。有些戰鬥力不濟的人，擋不住生活的壓力，從戰線上敗退下來，便永遠成了犧牲者，被生活踏成了齏粉；有些拚命搏戰，容易費盡了九牛二虎之力，才得殺出一條生路來，達到老年。可是就到了老年，也還需要戰鬥，他要講求種種養生的方法，以抵禦死神的襲來，直到死神已牢牢的握住了他的咽喉的時候，只要他有一分可用的力，他還是要戰鬪着，去呼吸那最後的一口氣的。

其實，豈單目前的個人爲然，自有人類以來，差不多就一直在戰鬥中過生活，最初是與自然鬥，其次是與社會鬥。梁任公先生說：「二十四史是一部人類的相斫書。」這句話確實不錯。今日的我們，靠着生產工具的發展，和物質文明的進化，雖還沒有完全征服自然，但除了非人力可抗的水旱天災外，已不必懼怕毒蛇猛獸的侵襲了，不過社會中人與人戰鬥，却一天比一天劇烈了起來。這戰鬥的由來，不外乎是自私心在作祟，在目前的社會裏，一般人往往只知有「我」，而不知有「人」，這種自私心的發展，使他們只注意自己的利益，很少顧念到他人或多數人的痛苦，使得多數無所憑藉的人們，要想獵取生活資料，就非繼續不斷的戰鬥不可。

這是個人主義下一切社會制度的弊端。人生的路，本來可以說是說坦直的，但因爲多數人類都充滿了自私心，大家都爭着往路上跑，反把這條坦直的路擠得水洩不通了。僅僅擁擠不通也不要緊，無奈人類又都憑着各自的自私心，在路上自相殘殺起來，結果，這條路便成了最危險的路。這種自相殘殺的風氣，自昔已然，於今尤烈，幾乎不論什麼人，要想獵得生活資料，都必須在人生的路上戰鬥一番，而在這戰鬥中，又很可能被生活踏成齏粉。

戰鬥既然是這樣的不能避免而且不容避免，那我們也只好挺身出來應戰。不過在戰鬥中，我們需要注意一件事：那就是，倘若我們於獵取生活資料之餘，還有幾分餘力的話，則我們最好把自私心攔過一邊，發揮幾分利他心出來，去推動社會的進化。因為人生不過數十寒暑，要是我們把生命完全消耗在生活的戰鬥中，「及身而歿」於人類毫無益處，實在是莫大的憾事。並且爲了不使我們的子孫也要像我們一樣辛勤地去爲生活而戰鬥起見，我們也應該用我們的餘力，去爲他們盡一番開路的責任。

現在世界上還充滿了自私的人類，他們的野心不但阻礙了社會的進化，而且使世界文化都幾乎瀕於毀滅的地步。上次的世界大戰，物質上的損失和生命的犧牲已不可以數計，現在第二次世界大戰又已經發生了，阿比西尼亞、西班牙和波蘭都已遭到了悲慘的毀滅，便是我們中國的大部分領土，也都遭到了法西斯魔手的蹂躪，爲了挽救國家的危亡，也爲了推動社會的進化，我們和生活戰鬥之餘，一定還要和自私的人類戰鬥。

二 不要專想「向上爬」

生活在這個社會裏，除了很少數的有錢人是天之驕子，是上帝的選民，可以不必受生活的逼迫外，大多數人差不多都掙扎在「生活線」上，受着飢餓和寒冷的威脅，要手忙腳亂的去應付，沒工夫想到別的事上去。不過雖沒工夫去想別的事，却不約而同的有一種普遍一致的心理，那就是「向上爬主義」，希望自己的生活能夠升高上去，不但用不着再在「生活線」上掙扎，而且可以有比較幸福的奢侈生活享受。

這種「向上爬主義」的心理，在小市民青年羣衆中，非常顯著，尤其是都市裏的小職員，薪水勞動者，他們生息在繁華的地帶，耳所聞，目所接，無一不是奢侈放縱的事實，再返觀自己的生活，却是那樣貧困，那樣時刻掙扎猶虞有所不繼，便不因不由的要對那種奢侈放縱的生活，發生羨慕，更由羨慕而思獲得，於是心心念念晝夜不忘的，無非是怎樣向上爬，因為一旦爬上去了，便可以住洋房，坐汽車，樓抱嬌妻美妾，用錢如泥沙，達到人生幸福的最高峰。

的確，這樣奢侈放縱的生活，是幸福不過的，一個人能夠達到這地步，那他對於人生，可說更無所求了。然而，想念終於只是想念而已，事實上，這種生活始終可望而不可即，雖然也

有僥倖爬上去的人，但千百個中難以尋到一個。英國著名小說家哈代（Thomas Hardy）有一部小說「無名的裘特」（Jude the Obscure），寫青年裘特胸懷大志，努力要想向上爬，結果却所如輒阻，一切努力都成了白費，沒有一件事情獲得成功。這是一幕生命的悲劇，裘特並不是頹廢而不求上進的青年，可是環境的阻力却使他想上進都不可能。在目前的中國不知道有多少這一類生命的悲劇正在開場，有多少努力想向上爬的青年正在扮演這悲劇中的角色。青年人本來是富於幻想的，希望多而灰心也較為容易，偏偏現實環境又總不能和他的希望配合，灰心的事實却常有出現，每經一次失望，就多一次灰心，失望到後來，甚至連任何希望都不敢有了。我們試設想一下：沒有希望的生活，是多麼乏味的生活呢？記得夏丏尊先生曾說過：「一個人總要有希望才能夠活下去。」這真是一句至理名言。一個人如若明知道前途已一些希望都沒有，這在性格強的人，還可以勉強啣着生命的苦杯生活下去，但在弱者，絕望之餘，便不免要想走到毀滅生命的路上去了。

希望不能成為事實是很痛苦的，可是我們試考察一下希望所以不能成為事實的原因，便知道這些抱着「向上爬主義」的青年，心目中大抵只存在着自己的利益，因為太注