

1、小编希望和所有热爱生活，追求卓越的人成为朋友，小编：QQ 和微信 491256034 备注书友！小编有 300 多万册电子书。您也可以在微信上呼唤我 放心，绝对不是微商，看我以前发的朋友圈，你就能看得出来的。

2、扫面下方二维码，关注我的公众号，回复电子书，既可以看到我这里的书单，回复对应的数字，我就能发给你，小编每天都往里更新 10 本左右，如果没有你想要的书籍，你给我留言，我在单独的发给你。

3、为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网址：<http://www.ireadweek.com>

4、小编自己组建的 QQ 群：550338315



扫此二维码加我微信好友



扫此二维码，添加我的微信公众号，
查看我的书单

图书在版编目（CIP）数据

本书由“行行”整理，如果你不知道读什么书或者想获得更多免费电子书请加小编微信或QQ：491256034 小编也和结交一些喜欢读书的朋友 或者关注小编个人微信公众号 id：d716-716 为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网址：www.ireadweek.com QQ 群：550338315

Preface

序言

洛克和他的《教育漫话》

约翰·洛克（John Locke，1632年8月29日—1704年10月28日）是英国著名哲学家。他与大卫·休谟、乔治·贝克莱三人一起被列为英国经验主义的代表人物，他的思想深刻地影响了美国的开国元勋及法国的许多哲学家。

洛克在1632年8月29日生于萨默塞特郡的威灵顿村，一个距离布里斯托大约12英里的地方。他的父亲是一名地方法官书记的律师，母亲则是一名制革工匠的女儿。洛克的双亲都是清教徒。出生不久，洛克一家搬到了布里斯托南面的一个村子，洛克便在那里长大。

1647年，洛克被送至伦敦就读中学。毕业后，洛克接着就读牛津大学基督教堂学院。1656年获得学士学位，1658年获得硕士学位，1674年获得医学学士学位。1666年，洛克成为沙夫茨伯里伯爵的助手。1667年搬进了沙夫茨伯里伯爵在伦敦的住所，兼任他的个人医师。在此期间，洛克开始撰写《人类理解论》的草稿。

沙夫茨伯里伯爵是辉格党的创立人之一，对洛克的政治思想有极大的影响。伯爵于1672年被指派为英国大法官，洛克随他参加了很多政治活动。1675年，伯爵政坛失势后，洛克只身前往法国旅行。到1679年伯爵的政治情势好转后，洛克又回到了英格兰。在这个时期，洛克开始撰写《政府论》。

1683年，由于被怀疑涉嫌刺杀国王的阴谋，洛克逃亡至荷兰。1688年洛克返回英格兰。不久之后洛克开始大量出版图书，包括《人类理解论》《政府论》及《论宽容》等。

从1691年开始洛克一直住在玛莎姆家中，健康状况不断恶化，1704年10月28日洛克去世，并被埋在附近的一个教堂墓区。洛克终身未婚，也没有留下任何子女。

洛克最知名的两本著作是《人类理解论》和《政府论》，其次是《教育漫话》。《教育漫话》是享誉世界的教育经典著作，也是洛克的教育代表作。

《教育漫话》是洛克流亡荷兰期间写给友人讨论子女的教育问题的几封信整理而成的，在1693年得以出版。

全书的主题是绅士教育，共分三部分。

第一部分论述体育。洛克认为，健康的精神寓于健康的身体，家长不要对孩子们娇生惯养，而应该主动引导让孩子们锻炼出强健的体魄。

第二部分论述德育。洛克认为，在人的各种品行中，德行应占第一位。真正的“绅士”要善于获得自己的幸福，而又不妨碍别人获得幸福。洛克指出，德育的基本原则是以理智克制欲望。

第三部分论述智育。洛克认为，“绅士”需要的是事业家的知识，他主张在读、写、算之外，还要学习天文、地理、历史、法律、几何等，也要学点儿工农业、园艺的知识和技艺。在教学方法上，他反对死记硬背，重视培养智力，诱发学习兴趣。

《教育漫话》在西方教育史上第一次将教育分为体育、德育、智育三部分，并做了详细论述。它强调环境与教育的巨大作用，强调在体魄与德行方面进行刻苦锻炼。这些思想对西方近代教育思想，特别是对 18 世纪的法国教育家影响很深。

《教育漫话》极为畅销。目前在全球至少出版了 120 版以上，拥有英语、法语、意大利语、德语、瑞典语、荷兰语等 40 多种语言的译本。

《教育漫话》被后世公认为是可以媲美卢梭的《爱弥儿》的世界经典教育名著。在英国，该书被推崇为影响了英国整个 19 世纪的教育理论权威著作。

目录

contents

序言

上篇 健康教育 第一章 健康教育的作用及意义

第二章 关于健康教育的意见

第三章 健康教育的实践

中篇 道德教育 第四章 德育的意义及原则

第五章 德育的具体意见

第六章 道德教育的实践

下篇 知识与技能教育 第七章 知识教育的具体意见

第八章 技能教育及其他

第九章 知识与技能教育的实践

结束语

上篇 健康教育

第一章 健康教育的作用及意义

什么是幸福？我理解的幸福就是“健康之精神寓于健康之身体”。人的身体和精神只要一方面不健康，我们即使得到其余种种也是徒然。大体意思就是，不用心的人找不到成功的规律和方法，身体羸弱的人即使找到正确方法也无法取得成功。

就像拥有天资禀赋的奇才比较少见一样，身心生来就健康的人也很少。作为社会人，我们的生理和心理发展不可避免地受到各种环境的影响，尤其是接受的教育。人类水平的参差不齐便是不同教育的结果。

正如对于源头活水，只要人类改水道，那么水的方向就跟着改。所以，父母要找到正当的途径，让孩子的体魄和精神向着健康的方向发展。当然，身体是革命的本钱，因此，我们先谈谈身体健康的问题。

第二章 关于健康教育的意见

物质决定意识，没有健康的身体何谈工作、幸福和成功？身体就好比数字“1”，其他的一切就好比“1”后面的“0”，没有“1”，有再多的“0”也组不成天文数字。身体健康的重要性可见一斑。

这里需要说明一下，我所说的身体健康问题并不是医生如何治疗病人，而是说父母在不借助药物的情况下，怎样维护孩子本来健康的身体。

不要娇惯孩子

要想保证孩子身体健康，我建议父母遵循下述原则：绅士对待儿女的方式应和农民对待儿女的方式一样。

有些母亲可能觉得这个原则有些残忍，而有些父亲而认为这太笼统，但是仔细想想，我们就会发现这样一个事实，大多数孩子的身体都是因为娇生惯养而变得更加虚弱。

为了让孩子拥有健康的身体，我还总结了几种方法。不过，以下养育方法主要针对男孩，如果想要用在女孩身上，则需要有所选择。

第一点我想说的是，不论冬夏，孩子的衣服都不可过暖。以前，雅典人看见锡西厄的哲学家在冰天雪地中赤身露体，感到很奇怪。

锡西厄哲学家却反问雅典人：“冬天气温这么低，你们的脸怎么能抵抗住寒冷呢？”

雅典人说：“脸经常裸露在外面，所以早就习惯了严寒。”

“那么，你把我的身体看作脸好了。”锡西厄人巧妙地答道。

细细想来还真是这样，我们的身体只要从小养成习惯，就能适应外界的一切。

这里就有一个例子，来证明习惯的力量能战胜过度的炎热。马耳他是欧洲最热的地方，整日闷热无风，很多人都黑得像吉卜赛人一样。但是奇怪的是，这里的农夫不怕太阳，他们在每天最热的时候还会照常工作，一点儿不怕太阳的暴晒。

这让我们了解到，只要从小养成习惯，很多看来无法做到的事情，我们也能做到。于是，马耳他人为了让孩子能抵抗炎热，开始对孩子展开训练，让他们从出生直到 10 岁，都一直不穿衣服，一丝不挂。

在英国，有些人冬夏穿一套衣服，他们没感到不便，也没感到冷。可见我们对于风寒不必过于防范，孩子更要如此。

大自然给了孩子防寒的工具——头发，让孩子的脑袋可以免受风寒，所以孩子在白天运动时大可不用戴帽，晚上睡觉也最好不要戴。脑袋暖暖的，最容易引起伤风、头痛、发炎、咳嗽等疾病。

冷水洗脚与冷水浴

我主张每天用冷水给孩子洗脚。鞋子要尽量做薄，薄到但凡有水的地方，孩子的脚就会湿透。有些母亲认为这样太脏，女仆认为清洗很麻烦，但孩子的健康比这种理由重要 10 倍。

穷苦的孩子经常赤脚，脚不怕水，即使弄湿了脚，也和弄湿了手一样，不会像那些娇生惯养的孩子那样得伤风病或导致其他疾病。如果一个人从出生起就赤着脚，双手用手套包起来，那么手习惯了以后，一遇水一定就像大多数人的脚着了水一样危险。

为预防脚遇水生病，那就把孩子的鞋做得容易透进水，同时让孩子坚持每天用冷水洗脚。洗脚不仅可以清洁脚面，还有保健功能。原理就是使脚慢慢习惯冷水，以避免出现沾点儿冷水就生病的状况。只要能按照我说的方法洗脚，洗脚的时间父母可以自行安排。

此外，用冷水洗脚还可以防止鸡眼的产生，这对于某些人来说可是福音吧。

用冷水洗脚这个方法，最好从春天开始，起初用温水，然后逐渐加冷水，慢慢地脚就可以完全适应冷水，此后不论冬夏都要坚持下去。

生活中的一个好习惯是不容易养成的，我们要耐心练习，循序渐进。一旦养成好习惯，我们的身体会有效抵御“外侵”，从而健康地成长。

一般溺爱孩子的母亲比较排斥这个建议，她们对宝宝爱都来不及，怎么舍得再让孩子在大冬天里用冷水泡脚？这些母亲的忧虑其实是不必要的，下面的例子就可以佐证我的说法。

辛尼加家境殷实，完全有条件每天洗热水澡，而且随着年龄的增长，享受点儿舒服也是应该的。但他自己一直坚持洗冷水浴，即使严寒的冬天也不例外。

那辛尼加为什么要忍受看似如此严酷的挑战呢？我们来仔细分析一下。

首先，辛尼加不是任何宗派的教徒，更不会认同禁欲主义自苦的办法。所以，用禁欲主义来解释是说不通的。归根结底，这其实从侧面充分说明，冷水浴对辛尼加的健康有益，他的身体没有因此受到伤害，相反更加健康。

也许大家觉得意大利的气候比英国暖和，冬天的河水也比英国的温度高。那么，德国和波兰的河水比英国的冷得多吧。然而，这两个国家的犹太男女不论冬夏一直在河水中洗浴，他们的健康没遭受任何损害。

冷水浴有助于体弱多病的人恢复健康，这个道理已广为人知。那么，身体状况较好的人用冷

水浴的方法去强健体魄，可见是行得通的。

可能有父母担心孩子对冷水浴无法承受，但事实证明这种担心大可不必。

古代德国人和现今的爱尔兰人对待最娇嫩的婴儿时，不仅用冷水洗脚，还用冷水洗全身，这些婴儿并没有遇到任何危险。苏格兰高地的妇女冬天都用这个方法训练他们的孩子，即使结冰的河水也没什么害处。

游泳与户外活动

罗马人有这样一句习语，“他既不知道读书，又不知道游泳”，用来形容一个人没有接受好的教育，是个无用之人。

为什么罗马人把游泳和读书放到几乎同等的地位呢？因为游泳可以使人获得一种求生的技能，在炎热的夏天又能让身体浸在冷水中，对健康很有益。

所以，孩子到了一定年龄就教他学游泳。但要注意，在孩子运动之后，身体发热或血流加快，毛细血管开放时，不能让他下水。

我认为，鼓励孩子多过露天生活，即使在冬天也要尽量少烤火。这样，可以提高孩子对气候变化的适应性，避免因温度降低或升高带给身体的伤害。

我劝父母不要让孩子戴帽子出去玩耍，而且也不要担心孩子被晒到或吹到。但是，如果我们老把孩子放在阴凉舒适的地方，不让他接受风吹日晒，这样只能培养出柔弱的温室花朵，绝不可能培养成砥砺风寒的参天大树。

男孩女孩都一样，户外生活的时间越长，孩子的身体越强壮，至于他们的面孔，是不会受到多少损伤的。

在户外游戏，孩子会跑来跑去，这很让父母担心。他们怕身体发热后，可能坐在或躺在寒冷潮湿的地上，或者立刻喝冷饮，从而引起感冒发烧等疾病。

不过，在孩子很小的时候，随时有人照管，这种危险很容易防止。等孩子稍大一些，只要时刻严格要求，热了，不准他坐在寒冷的地上，渴了，也不准立刻喝冷饮，慢慢地，孩子就会习惯，即使没有大人看管，也能自己照顾自己了。

随着年龄的增长，孩子对自由的渴望越来越强烈。为培养他的独立自主性，父母也要给孩子充分的信任，相信他会自己处理好一些事。

毕竟，孩子不可能永远受到保护，独立后他的生活靠的不是父母给的反复叮咛或嘱咐，而是长时间形成的良好习惯与行事准则。

宽松的衣着

关于女孩子，有一点要特别说明的是，女孩的衣服一定不能穿着太紧，尤其是胸口部位。身体器官需要自由发育，过多的人为干预可能会适得其反。

如果当儿女还在子宫里面的时候母亲就有能力决定儿童的体态，像她们生下孩子后一样，那我们根本就生不出正常的婴儿。

孩子的身体发育是一种“自然”的力量在支配，人类怎么能够明白呢？所以，既然不懂就不要去干预，生活中被束缚的孩子很少有健美的身材，甚至父母无意识地过度爱抚也会带来伤害。

日常生活中常见的疾病，如胸部不健康、呼吸短促、肺病、佝偻等，很多都是拜紧身和狭小的衣服所赐。父母原本想让孩子出落成窈窕淑女或高大帅气的绅士，结果反而害了孩子。

身体里的养料会顺其自然地分配给每一个器官，如果人为地干涉，必然有些器官因得不到养料而无法正常工作。比如，孩子的衣着有的地方紧，有的地方宽松，可能就会长出超乎寻常的肩部或臀部。

有人就是因为脚部的一小部分被扭伤或被打伤，因而使整条腿都不再有力，而营养的缺失也使腿部肌肉萎缩。

胸部是心脏所在，是支撑整个生命的重要部位，如果因为衣服太紧要受到压迫，无法正常工作，会给身体造成极大的危害。

饮食内容与用餐时间

我认为，孩子的饮食应该以清淡、简单为宜。

我提倡在孩子两岁之前，最好禁止食肉。关于这一点，父母们受传统饮食观念制约，可能不会同意。父母们认为，孩子的每一餐都应该荤素搭配，否则无法供给身体所需的营养，但

是越来越多的素食主义者已充分证明这一观念不正确。

相反，如果现在的父母不因溺爱孩子而让他饱食终日，在三四岁之前不让孩子食肉，那孩子小时候出牙的危险程度就会降低，也可以打下健康强壮的身体基础，从而避免其他疾病的产生。

如果孩子一定要吃肉，每天只能吃一次，并且每次只能吃一种肉类，而且以清淡的牛肉、羊肉等为主，并且不加入多余的调料品。

此外还要注意，吃饭时，不管餐桌上的饮食种类有多少，都要让孩子多吃面包，而且必须细嚼慢咽，这样可以减轻肠胃的负担，也能避免因消化不良引起各种疾病。

早餐、晚餐可以让孩子食用牛乳、乳羹、稀粥等食物，这是非常不错的儿童饮食。只是在烹调方法上，饮食应该清淡，少用调味品，如果可以不放最好；至于食盐，也要尽可能少放，吃盐过量容易口渴，还容易给身体带来其他疾病。

遵循以上准则，我认为，最好用一块烘烤适度的黑面包给孩子做早餐，至于牛油乳酪等，可以适当添加或不加。这样的早餐既干净卫生，又有助于长成强健的体魄，与吃得再好些并没有什么差别。

如果孩子在两餐之间饿了，要让他习惯吃干面包；如果不饿，就不要给他东西吃，这种方法一举两得。

首先，让孩子习惯吃面包，渐渐地他就会爱吃面包，因为我们的味觉之所以嗜好美食，全都是习惯养成的。我们的口味和肠胃都是爱吃习惯吃的食物。

其次，不会使孩子饮食过量。那些看起来胃口好，吃得多的人并非天生如此，都是后天养成的习惯。

有些国家的人民一天只吃两餐，而有些国家的人民每天要吃上四五次，但前者与后者一样的强壮、健康。

比如，罗马人只有晚饭是固定的，他们通常要傍晚才进食。至于早餐，有的人在早上 8 点吃，有的在 10 点，有的在中午 12 点，甚至还有更晚的，早餐没有肉食也不美味。

伟大的帝王奥古斯都说，他也只在兵车里面随便吃一点点干面包。辛尼加也说过，纵使年龄大了，他依旧每天午餐照例只吃一片干面包。他虽然是一个有钱人，但并没浪费金钱用丰富的食物满足私欲。

虽然只吃这么一点点，但是他们还是成了世界上伟大的人物。罗马的绅士们也并不因为每天只吃了一顿饭，而感到身体有何不适，或精神颓靡。当他们实在挨不到晚饭时，也只吃一点点干面包，最多加点儿葡萄充饥。

学会节制有助于身体健康，也有助于事业成功。

虽然他们东征胜利凯旋，奢靡之风大行其道，但是每天只吃一顿饭的习惯仍然没有改变。而且晚饭时间都是黄昏时候，不论吃粗茶淡饭，还是山珍海味。到恺撒时代，如果有人在落日前开办宴席，还是要遭到谴责的。

所以，假如父母认为这种方法还可以接受，我建议孩子早餐时也吃点面包。习惯决定生活，我认为英国人正是因为多吃了肉食，少吃了面包，才引起诸多疾病。

凡是注意孩子的身心，不愿让孩子变得昏昏沉沉和身体衰弱的人，是不会让他一大早就吃得太饱，更何况早晨是读书的好时候。

一个孩子午餐有肉吃，晚餐有汤喝，中间还有面包和啤酒，因此他是绝不会挨饿或因营养不良而变得虚弱。所以，这是对待孩子的最好方法。同时，有钱有地位的人也不必对这个方法嗤之以鼻，明智的父母不会让孩子在小时候过着优越的生活却最终抱憾终身。

至于给孩子的饮料，只能是淡啤酒。喝啤酒的时间不能在两餐之间，要在孩子吃完面包后，理由如下。

第一，身体燥热的时候，喝饮料比吃别的食物更容易使人发寒热与积食。

虽然孩子玩得很热，很渴，但他必须先吃面包再喝饮料，在他吃面包的时间，把啤酒加热，加热后的啤酒更解渴，而且对身体没什么害处，如果不想吃面包，那就不能喝啤酒。通过这个方法孩子能学会克制，这有助于身心健康。

第二，孩子不先吃面包，就不让他喝啤酒，这可以防止孩子嗜酒。

一种行为经常发生就很容易形成习惯性的饥渴。比如，你让一个断奶的孩子每晚都喝饮料，时间长了，孩子不喝便睡不着觉。看护经常用这个方法止住孩子的啼哭，所以当妈妈起初把孩子接回家时，晚上很难让孩子戒酒。所以，饮酒是一个习惯问题。

有一户人家，家里有个性情倔强的孩子，家里人为使他安静，便用啤酒止住他的哭声。结果，孩子一整天都在喝酒，虽然还不会说话，一天的饮酒量比我都多。

习惯有好坏之分，如果不想让孩子养成坏习惯，就不要让他喝。而且，一旦解渴了，就不能继续喝，这样既利于健康又能节约资源。凡是不吃过咸的肉和不喝烈性饮料的孩子，两餐之间是不容易口渴的。

烈性饮料对孩子危害很大，一定不能给孩子喝。也要特别提醒仆人，他们可能从烈酒中得到了快乐，但不能引逗孩子沾一滴酒。养成喝烈酒的习惯，对身心危害最大了。

水果是健康管理问题中最困难的一个问题，尤其是对于孩子的健康管理。我们的祖先是因

水果失去乐园的，我们孩子的健康不能因为水果的引诱而牺牲。所以，父母在这方面要提高警惕。

关于水果问题，有些人过于极端，就是禁止孩子吃水果，但适得其反，孩子对水果的渴望更加强烈了。只要是水果，不分好坏拿起来乱吃一通，危害身体。所以，我认为父母们还是应该有区别地对待水果。

像西瓜、桃子、大多数梅类，以及葡萄，它们的味道虽然甜美，但汁液很不卫生，我觉得孩子还是少吃为好。父母可以不让孩子看见，甚至不教他们认识这些水果。

但像成熟的草莓、樱桃、醋栗或者覆盆子，就可以让孩子吃些，这些对孩子来说完全没有害处。这里有几点吃的技巧。

第一，吃水果的时间最好在餐前或两餐之间，可以让孩子把水果当作早餐吃，没必要放到餐后吃。

第二，水果要和面包一起吃。

第三，一定要熟透了才能吃。

照这样的方法吃水果，是有百利而无一害的。夏天的水果正与出产时的时令相称，此时胃部因炎热虚弱懈怠，吃点儿水果正好清热提神。

因此，没必要对孩子屏蔽一切水果，有些水果可以为他们的身体提供养分的。像梨子和苹果，只要完全成熟了，不妨随时让孩子吃一些，没危害的。

没有蜜饯过的干水果，我认为也很健康。糖果有害牙齿，要避免让孩子吃糖。在花钱的种种途径中，买糖果是最愚蠢的。

早睡早起与床铺要求

我认为，家长应该注意孩子的睡眠问题。

充足的睡眠对孩子的成长和健康非常有利，所以父母要保证孩子每天享受到高质量的睡眠。但一天 24 小时，哪个时间段最适合睡眠呢？对于这个问题，我认为没有固定时间，只要遵循早睡早起的原则就可以了。

“一日之计在于晨”，早起有利于身体健康，如果孩子从小养成早起的好习惯，及时起床，毫不为难，那么他成年后就不会把宝贵的时间浪费在温暖的被窝里。

同时，孩子早起，自然会早睡，早睡还带来另一个好处，让孩子远离腐朽、危险的夜生活。当然，这并不是说孩子应该杜绝一切晚上 8 点之后的社交活动，但他养成早睡的习惯后会学着合理安排自己的交际和休息，不至于过得闲散和随便。

早睡的习惯可能在以后的环境影响下有些折扣，但不管将来怎样，这个习惯对现在自己的身体健康是有益的。

我虽然提倡孩子在幼小时应该多睡觉，甚至想睡多久就睡多久，但这样的生活作息要随着年龄的增长而有所变化，不能长大了还在床上睡懒觉。

但从何时开始限制他们的睡眠时间呢？这里没有准确的时间，一切改变都应根据孩子自己健康和体质。不过到了 7 岁到 14 岁间，孩子的正常睡眠时间应减少到 8 小时左右，因为 8 小时的睡眠对成人来说是足够的了，如果孩子还有贪睡的情况，父母要采取一些措施。

如果父母帮助孩子养成了早起的习惯，这种贪睡的毛病是很容易改掉的。但大多数孩子因为晚上贪玩，减少了睡眠时间。如果早上没有人管，他们会赖在床上补足睡眠，导致恶性循环。所以，每天早晨都应该有人把沉睡的孩子唤醒。

但要注意，唤醒孩子的时候声音要轻柔，动作也要轻柔，可以轻轻抚弄孩子，让他清醒过来，等到孩子穿好衣服，才算真正醒了。

千万不要大声呼喊孩子，或者用其他巨大的声响唤醒孩子，这会让孩子受到惊吓，引起情绪上的不安。本来从香甜的睡梦中醒来就不是让人舒服的事情，如果父母再做点儿别的事情，就很容易让孩子厌恶起床。

孩子的床应该是坚硬的，可以用絮绒代替羽绒。从小睡硬床能为健康的身体打好基础，常盖羽绒被褥反而为虚弱的身体埋下祸根。

况且，孩子不会一直在家睡觉，习惯了睡硬床的人出外旅行时不至因为床褥不软而遭受失眠之苦。

我还主张孩子的床褥铺法不妨时时加以改变，他的头有时可以睡得高些，有时可以低些，这样在外面睡觉时，不会因为枕头、被褥等硬件设施而影响睡眠。

总之，能够踏踏实实睡得着觉的人是很幸福的，为了孩子将来着想，父母要在他们幼时就锻炼他们睡硬床。

早餐后排便

能按时排便对身体也很重要。大便过频，会使思维迟钝，身体虚弱。但大便过频可以通过饮食和药物治愈，无须太多讨论。

如果是急性便秘的就直接去请教医生，如果问题不大，通常顺其自然就行了。相反，便秘也存在危害，但医治起来有些棘手。

所以，我们需要加以讨论。从药书记载和实践经验两方面出发，找到正确的途径，采取合理的措施，问题就好解决了。

第一，我认为排便是身体的一种运动，是肠道蠕动的结果。

第二，我认为有些刻意而为的动作，只要我们坚持不懈地练习，进而内化为习惯，最终会见到它的效果。

第三，有些人在晚餐后，只要吸一支烟就能排便。对此，我很怀疑，认为之所以会有这个结果，是因为习惯的力量。

即使烟草有作用，也是引起肠道的蠕动，而不是本身具有下泻的力量。由此我想到，是不是可以用某种类似吸烟的方法使大便成为一种习惯。

第四，假如一个人在早晨吃过东西后立即去大便，久而久之，迟早有一天通过不断练习养成习惯。

我之所以把排便时间选在早餐后，是有理由的。

第一，因为早晨空虚的胃如果吃到了它喜欢的东西，胃里的纤维便会强烈收缩，包紧食物。我想这种收缩作用可以作用于肠道，从而增加肠道蠕动。

就像我们见到的绞肠痧，肠子的下部无论那一部分发生颠倒的运动，它便蔓延到全部，甚至会波及胃部。

第二，因为人在一大早进食时思想处于放松状态，会全神贯注到下腹，从而产生相同的效果。

第三，大清早，人可以划定出充分的时间解决自己的大便问题，而且暂不用考虑纷繁的工作和生活，而其他时间很难找到大便时间。再加上每天至少进食一次很少有例外，按时大便很容易养成习惯。

为检验理论正确与否，我做了一次实验。实验结果是，只要能长期坚持，不论何时，只要他们吃过了第一餐，不管想不想大便都去厕所大便，没几个月，效果很明显，按时大便的习惯也养成了。

孩子在游戏时，一门心思放在游戏上，对别的什么事概不关心，“自然”而轻微的动作常常被他们忽略，时间一长就容易便秘。

所以，为了孩子的健康，我主张，每天孩子一吃过早餐，父母就要让他去厕所大便，之后才允许他玩耍。这样做能让孩子养成早餐后大便的习惯。

成年人可以有选择地采取这种方法。但我需提醒几句，便秘害处很多，大便通畅对身体健康的益处最大。一天至少一次大便是正常的。采用我的方法可以自然解决便秘问题，而药物对顽固的习惯性便秘效力很小。

不要对孩子滥用药物

有关身体健康问题最后还有一点，就是药物。

你不用期待着从我这里讨教什么关于药物的经验，我只告诉你一条准则，不要为了预防疾病让孩子吃药。

当你自作聪明给孩子吃药时，孩子的健康可能会遭受更大的疾病的威胁。孩子如果只是轻微不舒服，就不要让孩子吃药或者看医生，万一请的是庸医，他只会把事情弄复杂，与其让孩子柔弱的身体忍受药物的煎熬，不如让身体自己调节来得安全。

孩子的身体很娇嫩，除非万不得已，否则不要施加任何影响。

其实，好多疾病在刚一发病时，给孩子喝一点不起泡的冷红罌粟水(这是一种真正的消食水)，让孩子吃素食，病就能很快好起来。若一开始就下猛药，反而会加重病情。如果这种方法不见效，再请一位认真负责的医生。

是药三分毒，父母们不能完全依赖药物或医生，而是要从孩子体质出发，理智地选择治疗方法。

保障孩子身体健康的规则总结

我对于身体健康的有关事项就说这些，总结起来，下面是几条应遵循的原则。

多参加户外运动，多接触自然，多睡眠，食物要清淡，不喝酒类和烈性饮料，少用或不用药物，不要给孩子穿过多的衣服，也不要包裹得过紧，尤其是头部和足部要凉爽，脚应习惯冷水，多与水接触。

第三章 健康教育的实践

在多年推广我的教育理论和方法的过程中，我收集了很多能够佐证或印证我的教育方法的案例，也收集了很多运用我的教育方法后教育效果得到显著改善的案例。

在一些闲暇的日子里，我把这些案例进行了汇编并进行了一些评析。现把和健康教育相关的一些案例，附在本篇之后，作为本篇的补充和延伸，以便加深读者对我的教育理论的理解。

给孩子健康的身体比什么都重要

这是一位父亲对儿子实施健康教育的手记。因为我的健康教育的理念对他影响甚大，他把记录也抄写了一份给我。

下面是那位父亲的手记。

艾伦刚出生时身体比较瘦弱，但我认为，身体健康是一切基础。因此，我非常注重艾伦的身体健康。

艾伦还在襁褓中的时候，我就认为他能否自由地活动非常重要，尽量不给他太多的束缚。

有一次，我和妻子去教堂做礼拜，家中只有女佣阿米丽太太和艾伦。阿米丽太太是个很善良的女人，她总是无微不至地照顾着艾伦。

那一天回到家，我看到艾伦被严严实实地包裹在被子里，满脸通红，这一情形让我很生气。

“这是怎么回事？你怎么把艾伦包裹得这么严实呢？”我质问阿米丽太太。

阿米丽太太见我的脸色很难看，她有些不安：“天气这么冷，我害怕他受冻，所以就把他包裹得严实一些。”

“我的上帝，你不该这样做。”我忍不住朝阿米丽太太嚷起来。

“怎么了？”妻子不解地问我。

“天哪，你们没见艾伦不喜欢这样吗？”我说，“这样他会很难受。”

说着，我就把包裹艾伦的被子的带子解开了，将被子松了松，并露出了他的小胳膊，以便让他能自由活动。

“这样他会冻坏并生病的。”阿米丽太太焦急地说。

“是啊。可别把孩子冻坏了啊。”妻子也附和阿米丽太太说。

然而，我不顾她们的阻拦，仍然让被子松开着，让艾伦在床上自由的活动身体，只是在壁炉里又加了一把柴火。

这时，艾伦舞动着小胳膊，显得非常高兴，脸上也放松多了。

我把艾伦这样在襁褓里的自由活动也看作是身体锻炼，经常地，我也会握住他的小胳膊或小腿有节奏地前后左右晃动，以锻炼他的四肢和身体的力量。

在我看来，孩子要长得健康，他需要的不是束缚，而是自由地活动。

当艾伦会走路之后，我就经常带他外出到各地去旅行或者去参加一些活动。

外出时，如果能不坐车，我们就常常步行去。这样做的目的，一是我可以借此机会跟艾伦讲解路上看到的景物、植物或动物等各种自然现象，二就是可以锻炼身体。

有一次，我带艾伦去稍远一点儿的某个地方去旅行，那时，艾伦只有 6 岁多一点儿。

吃过早餐，我和艾伦出发了，像往常一样，我一边跟他讲解路上遇到的各种植物和景观，一边并行着往前走。

走了一会儿，艾伦又累又热，他已经满头大汗，似乎要喘不过气来了。他看看我，没有说话，我看得出，他不想再继续走路了。

路上不时有马车经过，艾伦很羡慕地看着马车渐行渐远，他的步子越来越慢了。

又过了一会儿，他终于忍不住问我：“爸爸，我们没有钱坐车吗？”

“不，我们有钱。”

“那我们为什么不坐车呢？”他不解地问道。

“你很想坐车吗？”我反问他。

“是的，我有些累了，坐车会很舒服。”

“坐车是很舒服。但你知道我们为什么不坐车吗？”我问他。

艾伦摇了摇头。

“你不是说，想要成为一个健康、强壮的孩子吗？不要生病，别人欺负你的时候你也能保护自己。”

艾伦又点了一下头。

我继续说：“我们外出不坐车，而是步行，就是为了让你的身体变得更健康，更强壮。这样，你就很少会生病，别人也不敢欺负你了。你是个男子汉，一定会坚持到目的地的。”

艾伦听了我的话，似有所悟地点了点头，继续朝前迈步。

为了让艾伦拥有一个好身体，除了让他多活动、多锻炼之外，在饮食、生活习惯、作息习惯等方面，我也非常注意。

我向来反对艾伦吃那些不健康的食物，也不赞同他吃得过多，因为这样容易让孩子长得过胖，对他的身体健康并不好。

艾伦还小的时候，一次，我发现妻子刚刚喂过艾伦牛奶之后又在喂他喝牛奶。我走过去夺过妻子手中的奶瓶：“他不是刚刚吃过吗？怎么又喂他吃呢？”

“我听到他在哭，就给他喝牛奶。”妻子说。

“不，他已经吃饱了，就不用再吃了，他现在根本不需要再吃。”我严肃地对妻子说。

艾伦被剥夺了美味，突然哇哇大哭起来。

“你这是干什么？”艾伦的外婆也走过来维护外孙，她要夺过我手中的奶瓶去喂艾伦。

“不行，坚决不能再吃了。”我将奶瓶拿远了，坚定对她们说。

妻子和外婆认为我对艾伦太严格了，一直责怪我“不近人情理”。

还有一次，弟弟带着他们的孩子来我家做客，那时艾伦只有四五岁。艾伦和堂兄堂姐玩得很高兴，不知不觉就到了艾伦睡觉的时间。

因为太兴奋，艾伦始终都不愿意去睡觉。

“艾伦，你到了该睡觉的时间。马上去睡觉。”我对儿子说。

“爸爸，让我再玩一会儿嘛。”艾伦恳求道。

“不行，你必须马上去睡觉。”我不容艾伦商量。

“哥哥姐姐难得来一次，难得玩得这么高兴，今天就让他多玩一会儿吧。”妻子来为儿子“说情”。

“不行，艾伦必须去睡觉，制定的作息制度就要严格去执行。否则，明天早晨就起不来。”我依然坚持我的意见。

这样坚持了好几分钟，艾伦最终还是无奈地去睡觉了。

我认为，我的做法是为艾伦的身体健康考虑，他年龄还小，身体正处于发育的关键时期，一定要养成良好的生活、作息习惯，否则会对他的身体健康不利。

庆幸的是，艾伦在我的教育下，他由最初的身体瘦弱变得越来越健康，很少生病，这为他后来的生活和学习打好了基础。

根据孩子的年龄，科学地为孩子调整饮食

我一直认为，孩子如要健康地成长，吃得科学合理是最关键的因素。

但要做到科学合理，父母应该了解，不同年龄阶段的孩子应该吃什么样的食物，吃多少合适。

因为，如果父母不顾孩子的年龄小，器官没有发育完好，而随便喂他成人所吃的食物，孩子难以消化，有可能还会出现危险；而孩子吃得过多过饱，造成营养过剩，变得肥胖不说，还容易生病，所以父母一定要避免如此。

我认为，父母喂养孩子要根据他年龄的大小科学地调整饮食。对于初生的婴儿来说，由于其许多器官还没有发育完善，吞咽固体的食物困难，而且不容易消化。

所以，在最初的这个阶段，父母不能给婴儿喂食固体食物。即便给婴儿固体食物，他也不会往肚中咽，相反会用舌头把食物推出去，有人曾经这样尝试过。

此时，父母只能给婴儿喂食乳汁、奶粉类流食，这些基本上能保证婴儿成长所需营养的供给。

可是，更多的营养元素存在于许多水果、蔬菜、粮食当中。因此，在婴儿 4 个月大小的时候，消化功能已经有所提升，同时饭量也增大了一些，这个时候，母亲便可以把一些水果榨成汁给婴儿喝，把水果、蔬菜、粮食做成泥状给孩子吃。

随着孩子逐渐长大，到了两岁左右便可以吃更多的食物，像鱼、肉、豆类等食物，都能消化了。这时候，父母要尽可能把食物做得丰富一些，这样不至于因为食物单一而使孩子厌烦，同时还能促使孩子均衡地摄入各种食物中的微量元素。

不过，此时的食物，像肉要剁得比较碎一些，成末状，鱼要挑出其中的刺等，这样孩子吃起来比较容易咀嚼和吞咽，避免危险的同时，有利于食物更好地吸收。

当孩子到了 5 岁的时候，乳牙基本上长齐，这时候咀嚼食物会更加方便，而且消化器官也变得更加强健，此时成人所吃的食物孩子都可以进食。

这时候，父母要注意做到荤素搭配，粗细粮交替，特别是谷类食物，有益健康，要让孩子多吃。

总而言之，孩子的成长依赖食物的营养，而且不同年龄阶段的需求不同，父母要科学地调整，以便使孩子更加快速茁壮地成长。

我身边有过这样一个案例。我的邻居凯萨琳太太家里新添了一个男孩。她聘请我做她的育儿顾问。

从小男孩 4 月大开始，我就建议凯萨琳太太：在每次喂奶之前都先让他喝一些果汁，以后逐渐增加一些苹果浆、土豆泥、玉米糊等易消化的食物。他吃得很香，身体也比较健康。

不过，后来我发现，随着小男孩逐渐长大，他像其他多数孩子一样有些偏食，尤其是不喜欢吃谷物类食品。

而这些粗粮有很多好处。面对小男孩对粗粮的厌恶，凯萨琳太太问我怎么解决这个问题。我没有采取强迫的方式，硬逼着他去吃。

因为我知道自己这样做别说孩子不吃，即便孩子忍受痛苦吃下去，不但无益于身体健康，而且会有损心理健康。因此，我便提议凯萨琳太太采取“润物细无声”的方式，把他不爱吃的谷物做成许多花样，掺杂在各种菜肴或者主食当中，使孩子吃不出原来的味道。

这样，小男孩慢慢地就习惯了吃一些粗粮。

除此之外，我还指导凯萨琳太太把食物尽量做得色香味俱佳，让他看着想吃，吃起来可口，这样就解决了他的挑食问题。

这个小男孩从小到大身体一直都比较健康，我觉得是科学的喂养在其中起着至关重要的作用。对于此事，凯萨琳太太非常感谢我。我也感到很欣慰，因为这个案例再次证明了我的健康教育理论是正确的。

我认为，孩子成长发育需要足够的营养供给。父母在养育孩子的过程中不但要考虑到营养摄入的均衡，而且还需要根据孩子的年龄做好食物样式的调整，使孩子吃起来安全、方便，还要有助于消化、吸收，从而促使孩子更加茁壮地成长。

不要让孩子吃得过多过饱

关于孩子的饮食问题，这里还有一个案例。

一天，中午上完课，我和一个同事去吃饭，她带着 7 岁的女儿一起。

当时吃饭的时候，同事给女儿单独要了一份，饭菜量和我们两个成年人都差不多。

“你给孩子买这么多饭，她这么小，能吃得完吗？”我看见了，情不自禁地问，怕同事要多了浪费。

“嘿，你可别小看这孩子，她能吃着呢。”同事朝我笑着说。我看了小女孩一眼，她已经开始低着头吃饭。

于是，我不再吭声，心想看看到底小女孩能不能把饭吃完。

还别说，出乎我的意料，小女孩真把妈妈给她买的饭吃完了，不过她一直打着饱嗝儿，看样子吃得过饱了。

接着，我们 3 个人往回走，小女孩看到路边有个人从商店里出来，手里拿着冰激凌，转过头对妈妈说自己也想吃。

同事二话没说，拉着女儿走进商店，根据她的要求，买了一个冰激凌，小女孩拿着它贪婪地吃了起来。

我本想劝同事说：孩子吃饱了，不应该再给她买东西吃了。但看到同事瞧着女儿吃得那么香一脸幸福的模样，我欲言又止。

许多父母与我的这个同事类似，因为疼爱孩子，他要吃什么，不管是否真的需要，毫不迟疑地给予满足，父母这样做，表面上看是爱自己的孩子，实则不知不觉中害了孩子。

因为孩子吃得过多过饱营养过剩，变得肥胖。这样的话，做什么事情都不方便，甚至走路都显得吃力，而且有失美观。

记得有天下午，我和 5 的侄子比尔散步回家的时候，突然发现他走路十分奇怪，身子故意左右扭动着往前走，那子十分滑稽。

我好奇地问：“比尔，做什么呢？”

他歪着头看了我一眼，笑着指了指前面说：“叔叔，你看！”

我顺着他的手指往前看，发现离我们大概 20 米的地方，有一家三口人。一对夫妻和一个孩子。其中走两边的父亲与母亲都是中等偏瘦身材，而中间那个男孩却是个小胖子，看他的个头儿，六七岁的样子，走起路来像螃蟹，看样子十分费劲。

这一看，我明白了，原来他是看到前面那个胖男孩走路好玩，不由自主地就学了起来。

看男孩肥胖的模样，再瞧瞧他父母的苗条身材，男孩肥胖明显不是遗传因素，而是吃得太多营养过剩造成的，结果导致走路难看、困难。

我觉得，家长们应该清醒地认识到，孩子吃得过多过饱，不只是走路做事不方便，而且还会有其他许多方面的弊端。

我有一个朋友，每次去商场给儿子选购衣服都会跑遍所有地方，找最大号的衣服，因为她的儿子太胖，不能穿。

不仅如此，我还发现了一个奇怪的现象，朋友每次去商场肯定都会给儿子买裤子。

我有些好奇，有一次忍不住问朋友：“你儿子怎么能穿得了那么多裤子啊？”

朋友唉声叹气地说：“我儿子太胖了，走路时迈不开步，一条新裤子刚穿几天，裤裆那儿就磨破了。他自己也很烦恼，想着减肥。可是，吃胖容易减肥难啊！”我听了，也为他们母子难过。

事实上，孩子总是吃，不仅会导致营养过剩，变得肥胖，买衣困难，做事费劲，而且总是吃东西，饮食没规律，还容易患上肠胃方面的疾病。

我的一个同学因为过于贪吃，表面上看是肥头大耳，身体显得很壮实。可实际上，他的身体却比一般人都差，尤其是肠胃，总是不舒服，吃过饭后老是吐酸水，去医院看了许多次，病情也没有彻底治愈。

不仅如此，孩子总是不停地吃东西，精力都用在了消化食物方面，有可能还会影响智力的发

育，大脑变得迟钝等等。

因此，我认为，父母在孩子小时候一定要尝试着控制孩子的食欲，尽量使他吃得科学合理、有规律。这样既能保证孩子有个健康、苗条的身体，又能促使孩子有一个聪明的头脑。

大多数孩子，都表现得特别贪吃。父母之中的大多数也因为疼爱孩子，会满足孩子所有吃方面的要求。

事实上，孩子吃得过多过饱，益少弊多，不但因为营养过剩，导致肥胖，甚至会出现胃肠方面的疾病，同时对智力发展也不利。

父母应该尝试着控制孩子的食欲，给他一个科学规律的饮食，以便孩子更加健康、快乐地成长。

给孩子零食一定要适量，要控制

有很多家长向我请教关于“孩子吃零食”的问题，每当这时，我都会给他们讲讲我经历的一件事。

一天下午，我给学生上课的时候，发现一名叫露西的女孩时不时总是低着头，嘴巴还来回动着，好像在吃东西。

课后，我把露西叫到办公室，问她是不是中午没有吃饭，才在课堂上吃零食。

露西听了，先是点头，接着抬头看了我一眼，又轻轻地摇了摇头说：“老师，不全是。”

“什么意思？难道你吃了午饭，还在吃零食？”

这次，露西郑重地点了一下头。

“即便没吃午饭，饿了吃零食，也不能在课堂上吃啊，更别说你吃了午饭，怎么还在课堂吃零食呢？”我有些生气地问。

“我控制不住自己，其实平时也在吃，只是你没有注意到而已。”露西低着头回答，同时悄悄地把手中的花生米塞到了嘴里一粒，虽然做得很隐蔽，但我还是看见了。

因此，我接过她的话问：“你是说，每次我上课你都在吃，你上别的老师的课也在吃，做其他的事情时也在吃，包括现在和我说话的时候？”

露西听我这样问，知道刚才吃零食时被我看见了，就干脆点头说：“是的，老师。”说完话，还公然咀嚼了起来。

这下，我吃惊不小，不知道眼前这个学生为什么如此酷爱吃零食。

因此，我猜测着问：“露西，你怎么会如此爱吃零食啊，是小时候经常吃，养成习惯了吗？”

露西笑着摇头说：“老师，你说错了，恰恰相反，我正是因为小时候几乎没有吃过零食，现在才总是不停地吃。”

“你具体讲一下是怎么回事。”我听后，迫不及待地问。

“我小时候，父母为使我规律饮食，杜绝我吃零食。但每当看到同龄孩子手中拿着各种各样好吃的零食往嘴里送，我心里就有说不出的羡慕，有时候馋得都咽口水。那时候，我就暗自发誓，以后脱离了父母的掌控，一定要把所有的零食都吃遍，吃个过瘾。”

说到这里，露西抬头看了我一眼，见我点头，她继续说：“到外面上学，能自由支配零花钱之后，我就把余钱全部用在买零食上，几乎不停地吃，以补偿小时候没能吃零食的损失。没有想到，吃着吃着就上瘾了，一会儿不吃零食就感觉缺少了什么东西似的。”

听到这里，我完全明白了露西这么爱吃零食的原因。

同时，她的话也让我想起了自己在以前演讲时发生的一件事情。

记得有次演讲刚结束，一位母亲便领着一个两三岁的男孩子走到我面前，自豪地说：“我担心儿子将来变成小胖子，也不希望他因为吃甜食变得满口蛀牙，所以一次都没有让儿子吃过零食。”

听了她的话，我下意识地朝小男孩看了一眼，他当时正在专注地看另外一个手拿着巧克力正津津有味地吃着的孩子，眼神中充满了无限的渴望，盯着巧克力的眼睛一动不动，嘴巴也不停地蠕动，可想而知他馋到什么程度。

这个画面深深地印在了我的心中。

从这两件事中，我明白了孩子小时候吃零食，仅是为了填饱肚子，同时也是一种乐趣和享受。

现在市场上到处摆满了琳琅满目各种各样的零食，别说孩子经受不住诱惑，就是成年人有时候也会被吸引，经常吃零食。

父母应该遵循自然规律，适当满足孩子小时候爱吃零食的欲望，这样既能让孩子享受到吃零食的快乐，又不会有损孩子的健康。

否则，父母一点儿不让孩子吃零食，他长大以后，很可能就会加倍地买零食吃，来补偿童年没能吃零食丧失的乐趣，甚至会因此成瘾，无法控制住自己，这反而对孩子的成长更加不利。

情绪影响肠胃，给孩子提供愉快的就餐氛围

这是一位妈妈向我反馈的案例。

有一次，我带着儿子小克莱德到朋友梅格家去，她爱人没有在家，梅格留我们吃饭，她 8 岁的女儿安妮也拉着小克莱德的手，不让他走。

我和小克莱德便留在了朋友家，吃饭的时候，小克莱德和安妮坐在一起，两个孩子边吃边说笑，十分开心。

正在此时，梅格提到了孩子的学习问题，沮丧地对我说：“小克莱德只有 4 岁，就能认识很多字了，安妮 8 岁了，却什么都不懂，若是我的女儿有你家孩子一半的本事，我就心满意足了。”

我正要开口，想提醒朋友不要当着孩子的面这样说。但是，梅格这些本来只是发牢骚的话却已经伤到了女儿。安妮听了，停止了和小克莱德说笑，站起身怒视了妈妈一眼，然后默默地走进了自己的小屋，关上了房门。

见此情景，我看了梅格一眼，她刚好也正在瞅我，两人的目光接触的刹那间，梅格说：“这孩子，脾气越来越大了。”

我对梅格说：“别再说了，本来你就不该拿孩子这样比较，换作你或者我，也会心里难过，何况还是在饭桌上，孩子不高兴，影响食欲的同时，也会有损身体健康，快去劝孩子过来吃饭。”

梅格听我讲得在理，起身去叫女儿。

哄劝了很久时间，安妮才从自己屋里走出来，但她一直低着头吃饭，一句话不说。我注意到，她脸上还有未干的泪痕，可想而知这顿饭她吃得多么堵心。

梅格在饭桌上这样说女儿虽然是无心，但也不应该。而我见过其他许多父母，平时没有时间和孩子聚在一起，只有吃饭的时候团聚一会儿，却总是批评孩子缺点多，指责孩子诸多不是，这就更加不应该了。

记得我小时候，父亲对我的期望很高，特别关心我的学习情况。他白天需要工作，没有时间

陪我，到了吃饭的时候，一边吃一边就会问成绩怎么样，有没有进步等类似的话。

若是我的回答父亲不满意，他就会指责我学习不努力，辜负了他的期望。

很多次，听到父亲说出这样的话，我都觉得十分委屈，但表面上却装着若无其事，强忍着眼泪，其实心里却有说不出的痛，嘴里吃着饭，却味同嚼蜡。

至今想来，我有些挑食，特别厌恶几种饭菜，都与父亲在饭桌上批评我有直接的关系。

由于亲身体会过这种痛苦，所以有了小克莱德之后，我尽量避免出现类似的事情。

小克莱德在别的时间犯的错，我绝对不会拿到饭桌上进行批评，也从来不在吃饭的时候，提那些令他不愉快的事。

即便小克莱德在饭桌上吃饭时有失雅观，或者出现一些不好的行为，我也不会过分指责，而是尽量给孩子提供一个愉快的进餐氛围，使他觉得吃饭是一件轻松快乐的事情。

比如说，小克莱德两岁时，自己吃饭，经常用手抓。虽然我知道他这样做不卫生，但只要他吃得高兴，即便把饭菜弄到脸上，撒到桌子上，我也不会批评；有时候，小克莱德吃饭边吃边玩，吃得很慢，甚至别人都下了桌子，他才刚吃了两口。

遇到这些类似的情况，我会给予提醒，但绝对不会大声训斥孩子。

甚至他出现更加过分的行为，我也不会过于严厉地批评他。

记得有一次，家里来了客人，吃着饭时，小克莱德尝了一口自己盘中的面包，可能觉得不合胃口，伸手把它扔到了客人的盘里。

虽然我很反感孩子这样做，当时也很生气，但是为了不影响他吃饭的心情，我还是控制着自己的情绪，温和地告诉他不能把吃剩下的东西给别人。饭后我再告诉他这样的行为如何不好，并引导他改正这个缺点。

总而言之，一句话，在饭桌上，不管发生了什么事，我都不会过于严厉地批评孩子，尽量让孩子保持着愉快的心情，享受吃饭的过程。这样，他开心的同时，食物才容易消化、吸收，从而有一个健康的身体。

我认为，孩子吃饭的时候若是受到父母的批评、指责，哭着吃饭，即使用再美味的饭菜，他也会没有一点儿胃口，这样影响孩子心情的同时，也在不知不觉中有损了孩子的健康。

因此，父母应该尽量给孩子提供一个愉快的饮食氛围，使孩子高兴地吃进去每一口饭、菜，这样孩子吃得香，容易消化的同时身心也会跟着健康。

培养孩子注重饮食卫生的好习惯

这是我的一位同事丹尼尔教授给我提供的案例。下面是丹尼尔教授的记录：

我认为，饮食卫生会影响人的身体健康，对孩子更是如此。因而，我一直非常注重儿子小丹尼尔的饮食卫生，努力帮助他养成讲究饮食卫生的好习惯。

一天，小丹尼尔从外面玩够了后回家，还没到吃饭的时间，他已经饿了，跑到厨房去抓了一片面包来吃。

我发现他的小手脏兮兮的，显然没有洗。他在外面玩，小手什么东西都会抓，这样的话，手上就会有脏东西，如果吃食物，这些脏东西肯定会吃到他肚子里去。

“喂，小丹尼尔，你的小手很脏啊，就这样去抓东西吃，肚子会疼的。”我惊呼。

小丹尼尔抬头看了看我，手里抓着面包停住不动了。

我走上前去，一边装出肚子很难受的样子，一边对他说：“你看，小手这么脏，怎么能随便抓东西吃呢？小手上有很多很多脏东西啊，如果吃进肚子里肯定会难受的。”

小丹尼尔似乎被我夸张的表情吓住了，他顺从地将面包给了我。

我将面包放在盘子里，拉着小丹尼尔来到水池边，一边帮他洗手，一边给他解释：“以后吃东西前要洗手，在玩了很长时间之后更要洗手，不然肚子里就会长出虫子。记住了吗？”

小丹尼尔似懂非懂地点了点头，配合我将小手洗干净了，然后才去拿起面包吃起来。

在生活中，我拒绝小丹尼尔贪吃。因为，如果无限制地让孩子进食，会使他的食欲紊乱，以致他的精力过多地用于消化，大脑得不到很好的发展。

很多父母认为让孩子多吃东西是爱他的表现，在我看来这是一种愚蠢的做法，他们的爱心实际上害了孩子。

贪吃并非孩子的天性，而是由于父母的无知和纵容造成的。

很多父母为了让孩子更快地成长，使孩子的身体变得更强壮，会鼓励孩子吃很多东西，这往往会让孩子的体内营养过剩，造成大脑负担也过重。

我和小丹尼尔的母亲非常注意这一点，我们严禁儿子随便吃点和零食，我们对儿子规定有固定吃点心的时间，并对此有合理的安排。

为了儿子的健康，也为了让他不养成贪吃的习惯，我时常对他讲吃得过多的害处。

我告诉他：“人吃得过多脑袋就会变笨，心情就会变坏，有时还会生病。”

有时，为了让小丹尼尔懂得身体健康及饮食卫生合理的重要性，我在朋友的孩子生病时会带小丹尼尔去探望他，顺便给小丹尼尔讲解一些饮食卫生的知识。

一个圣诞节过后，我在路上遇见了一个朋友，与他谈起孩子的事情，朋友伤感地对我说：“我儿子一到过节就生病，唉，真愁人。”

我料到了，因为他的儿子特别贪吃，一到圣诞节就要生病。

我带小丹尼尔去看望这个孩子。到了他家里一看，小丹尼尔见到这个孩子不时喊肚子痛，躺在床上看起来很难受，小丹尼尔受到了震撼。

在回去的路上，我结合这个孩子的情况给小丹尼尔讲饮食卫生的常识，告诉他以后吃东西要注意哪些问题。

这个时候，小丹尼尔受到健康饮食的教育，能够很深刻地记住，虽然他还没有因为饮食问题而使健康受到损害，但别人的教训对他来说也是很好的教育。

小丹尼尔基本上没有过因为吃多了而伤了胃的情况。到朋友家去时，主人总要热情地拿出点心或糖果等食物款待小孩子。但不管主人拿出多么好吃的食物，都难以让小丹尼尔动心，他是坚决不吃的。

朋友看到儿子的表现，认为这不是他自己的真实意愿，他们认为小丹尼尔是因为我管教过于严格，致使小丹尼尔有些怕我，他才不肯吃的。他们的理由是，孩子们都难以抵抗美食的诱惑。

但事实并非如此，那完全是小丹尼尔自愿的，因为他已经养成了良好的饮食习惯。

在我们家，我要求小丹尼尔只在吃饭时间才能吃东西，两餐之间则不能吃，而且要求他吃东西尽量做到定时、定量。

我和妻子每天严格执行规定。时间久了，小丹尼尔就养成了在固定时间吃东西的习惯，而在其他时间则很少有想吃东西的欲望。

而且，在我们的影响下，小丹尼尔也很少会乱吃东西，他不偏食，总会按照我和妻子给他搭配的食物去吃。

虽然小丹尼尔刚出生时身体很虚弱，但他再大些的时候就很健康了，很少生病。我想，这与我们帮助他养成良好的饮食习惯是有很大关系的。

引导孩子摆脱消极情绪的困扰

众所周知，孩子在生长发育过程中可能会不幸地受到疾病的侵害。对于这一点，我想，几乎所有的父母都非常关注，都希望孩子有一个健康的身体。

然而，孩子的心理健康同样重要，甚至比身体健康还重要，而这一点却常常是很多父母容易忽视的。

曾经有一位母亲带着 12 岁的儿子来向我求助，希望我能帮助她和孩子摆脱痛苦。

原来，这个名叫克莱伯格的男孩长时间地郁郁寡欢，还经常发脾气，摔东西。我见到他的时候，发现他两眼无神，面无表情。

“洛克博士，请你帮帮我吧。我儿子整天没有精神，吃不好饭睡不好觉，常常从睡梦中惊醒，有时还会说一些稀奇古怪的话。他是中了邪吗？”母亲焦急地问我。

当我向这位母亲了解了孩子的生活经历及教育情况后，便立刻对他的状况得出了结论。这个孩子在生活中遇到了一些事情，积累了很多消极情绪而没有得到很好的处理。

事实上，克莱伯格的母亲本身就是比较消极的人，她看待事情总是很悲观，很容易产生消极情绪。而这一点也很容易地影响到了儿子，使他产生了很多消极情绪。

克莱伯格的母亲给我讲了这样一件事。

一次，儿子不小心将家里一只非常贵重的陶器摔坏了，这让惧怕母亲的克莱伯格非常紧张、焦虑不安。

母亲发现这件事后，不仅没有理解儿子的举动，没有帮助他消除消极的情绪，反而对他大加训斥，而且极尽夸张事情的后果。

她说：“你这孩子咋这么粗心呢？你这个样子怎么搞好学习、做好事情？将来你长大了谁会要你去做工啊？谁会愿意跟你这样粗心的人共事？”

“再说，你弄坏了这件陶器，万一伤到你的手脚怎么办？流血疼痛你不怕啊？这件陶器如此稀有、宝贵，摔坏了再到哪里去找呢？”

母亲这一通数落让克莱伯格觉得自己做错了一件了不得的大事，他郁闷至极，不知如何摆脱这种糟糕的感觉。

事实上，从克莱伯格母亲的讲述中，我了解到，无论儿子遇到什么事，他母亲总会想到事情

消极的一面，并将自己的焦虑和不安传递给儿子。

这样的话，克莱伯格怎能不在心里积聚太多的消极情绪呢？怎能不成为一个消极悲观的人呢？

很多父母都没有意识到，自己在日常生活中的消极言行会不利于孩子的健康成长。情绪是可以传染的，尤其是消极情绪，传染的力度更大。

父母把消极情绪带到家里，会很容易影响到孩子。如果孩子总处在一个充满焦虑和不安的环境里，也会变得像大人一样消极。

我的另一位咨询者，给我提供了一个正面的案例。

这位咨询者叫卡门松先生。

有一次，卡门松先生发现小杜若和邻居家的小格兰特尔从外面玩耍回来后都显得无精打采。卡门松先生觉得很奇怪，就问他们是怎么回事。

“爸爸，世界末日就要到了，活着真没劲。”小杜若先开口说话。

“是的，他还吓唬我们说，世界末日马上就要到了，叫我们不要调皮捣蛋，否则我们会让世界末日更提前地到来。”小格兰特尔也补充说。

“你们在说什么啊？什么世界末日？我怎么听不明白。”卡门松先生有些奇怪他们为什么会这么说。

在卡门松先生的一再追问下，小杜若才一五一十地将那天发生的事情给我讲了。

原来，他们俩在外玩耍并谈论他们的生日愿望的时候，遇到一个巫师。不知道巫师出于什么目的，给两个孩子表演了一个“巫术”，并告诉他们世界末日就要到了。

“那个巫师会法术，他手里拿着一根没点燃的蜡烛，他对着蜡烛吹了一口气，那根蜡烛就被点着了。”小杜若惊奇地说。

“对，我也觉得这很好玩。那个巫师告诉我们，他会法术，他用嘴吹着了蜡烛就是一种法术。他还说，因为他会法术，所以他能预见世界末日的到来。我们正谈论着自己的生日愿望的时候，那个巫师就对我们说：‘你们不要妄谈下一次生日了，因为世界末日就要到了。’”小格兰特尔有些沮丧地对我们说。

两个孩子因为相信了巫师所谓的“法术”，所以也相信了他“世界末日”的言论，这是让他们不安的主要原因。

卡门松先生心想，这个巫师真可恶，无缘无故地给孩子灌输这种错误的知识，让两个孩子产生如此消极不安的情绪。

了解了事情的来龙去脉，卡门松先生就试着跟小杜若和小格兰特尔解释清楚这件事。

“你们都相信巫师说的话吗？”卡门松先生问他们俩。

“他会法术，我觉得他说的应该没错。”小杜若说。

“你们觉得他那是真的法术吗？”

两个孩子都点了点头。

“你们有没有想过那个巫师可能是个骗子？”卡门松先生问。

“骗子？他会是骗子吗？”小格兰特尔不解地问。

“那你们看过魔术表演吗？”

他们俩都点点头。

“这就对了，这个世界上根本没有什么所谓的法术，那个巫师表演的只不过是一种魔术，是一种迷惑人的把戏。你们俩相信我，这个世界上没有他那种法术，他只不过是利用小魔术来欺骗你们，让你们相信他说的话。他的‘世界末日’言论很荒唐，根本没有什么根据的。我们谁也不能预言世界到底什么时候会结束。比如，现在我们国家正处于发展中，哪里会有世界末日到来的征兆呢？”

接着，卡门松先生又给他们两个讲了一些古代巫术以及巫术中所用的迷惑手段的知识，讲了一些相关的生活常识，用科学知识向他们证明了那个巫师是个骗子。

通过卡门松先生的讲解，小杜若和小格兰特尔慢慢明白过来，他们也逐渐从消极情绪中走了出来，恢复了先前的笑容。

我认为，消极情绪是一种毒素，处理不好会伤害孩子的心灵。对此，父母首先要努力消除自己的消极情绪，以免传染给孩子。还要细心观察孩子，在他有消极情绪时，及时帮助他处理。

帮孩子克服恐惧，让孩子勇敢起来

恐惧是孩子对陌生事物或进入陌生环境时产生的一种不良情绪。当孩子感到恐惧时，行为就会表现出异常，常常伴随着紧张、焦虑和不安等，精神处于高度紧张状态。

而且，恐惧对孩子的身心伤害特别严重，容易引起各种身体上和心理上的疾病，而且还不容易治愈。

面对挑战或面对危险的情景，很多孩子可能会产生恐惧心理。针对孩子的恐惧心理，父母需要给予其安慰和鼓励，帮助他消除恐惧，这样才能让孩子获得更好的成长。

这里有一个家长给我提供的案例，刚好证明了我的我以上观点。

下面是他的记录。

一个炎热的夏天，我的儿子小埃德加把自己关在房间里专心地研究数学，且不见任何人。

小埃德加的数学一直非常优秀，已远远超过了同龄人的水平，他数学已经学得很不错了，所以他主动要求学习更难的数学。

对于儿子的好学上进我很欣慰，甚至偷偷地设想过他会成为一名出色的数学家。

但事情并没有我想象的那么好，因为那几天我时常发现儿子脸上有难过和失望的表情。

我想，他肯定遇到了困难。

“儿子，你怎么了？怎么没精打采的。”一天晚餐时，我问小埃德加。

小埃德加没有说话，好强的他好像要哭的样子。

“遇到什么困难了？是不是学习上碰到什么难题了？”

“是的，我在学习数学的时候遇到了难题，感觉糟透了。”儿子看起来很沮丧。

“遇到难题是常有的事，你以前不是也遇到过吗？我相信你能解决这些难题。”我信任地看着儿子说。

“可是这一次不同，我觉得数学太难了，我认为自己学不好数学。我以前学习数学的时候感觉很轻松，这次却感觉非常吃力。”

“哦，是吗？你可能学习的步子迈得太快了吧。”我以为是儿子学习的时候只图快，前面的内容没有消化就急于学习后面的，所以感到了很大的压力。

“不是，我觉得自己的能力到了极限，我想放弃学习数学。我觉得自己真的是自不量力，学什么数学啊！”我看得出，小埃德加似乎没有了一点儿信心和勇气。

我不知道儿子是否因为别人给他灌输“数学太难”这样的观念，而使他对学习数学产生了恐惧。但据我的判断，他是可以一点一点地自己消化那些数学知识的。

如果是这样，我觉得有必要帮助儿子克服心里的恐惧，勇敢地面对挑战。

第二天，我找了个时间，想与儿子好好谈谈这个问题。

“小埃德加，我看得出，你在学习数学的时候感觉糟透了，来，我和你谈谈好吗？”吃过晚饭，我对儿子说。

“是的，我想放弃学数学，那种感觉真的是糟透了。”

“你认为帕格尼尼是个天才吗？”

“当然，他是个被世界公认的音乐天才。”儿子不知道我为什么会问起这个问题，他老实地回答说。

帕格尼尼是小埃德加非常敬仰的音乐家，对他的很多情况也都非常了解。

“那么，我想你一定知道他最擅长什么。”

“这个啊，我太了解了。他最擅长的是小提琴，不仅在演奏方面是大师，在作曲方面也是了不起的大师。”谈到这里，小埃德加非常兴奋。

“对，他在小提琴上的成就尽人皆知。可他还精通另一种乐器，这恐怕很少有人知道了。”我说。

“那是什么？”

“就是吉他。”

“吉他？真的吗？”小埃德加虽然学习吉他，但他并不知道他敬仰的帕格尼尼也擅长弹吉他。

“对，他在很小的时候发现了吉他的魅力，并开始学习它。那个时候他已经成了非常著名的音乐家了。你想，对一个已经成了知名音乐家的人来说，开始学习一种新的、完全陌生的乐器，这是不是一种挑战啊？如果他成功了当然好，但如果失败了呢？人们会不会嘲笑他说：‘还音乐大师呢，连吉他都学不会。’”小埃德加点了点头，很认真地听我说下去。

“可是帕格尼尼没有恐惧，他花了4年的时间隐居在托斯卡纳的乡村，潜心学习和研究吉他。他说，他喜欢挑战未知、挑战恐惧，并从挑战中找到快乐。事实上，当他再一次出现在人们面前时，已经成了一名非常优秀的吉他演奏家了。不仅如此，他还谱写了大量的吉他乐曲……”

“爸爸，我明白了，你是鼓励我克服恐惧，去面对新的挑战，哈哈。”不愧是我聪明的儿子，

他一下子就明白了我的用意。

“对呀，人的一生中会面临许多挑战，面对挑战时人可能会产生恐惧心理，天才也不例外。重要的是，真正的天才会勇敢地面对挑战、面对恐惧。”我说。

此后，我发现，小埃德加又信心百倍地开始钻研数学了。

每个孩子都曾有过恐惧心理，但是有些孩子在恐惧心理产生时，得到了父母及时、科学的指引，学会了克服这种心理。

而有些男孩表现出恐惧时，由于没有得到父母的引导，造成了恐惧心理的恶性发展，严重影响了他们的正常生活。

恐惧心理每个人都曾有过，尤其在遇到重大的变故时，但是如果这种心理能够得到很好的引导，就不会影响今后的生活。一旦不能得到很好的引导，就有可能造成他们一生的阴影。

对某些事物合情合理的恐惧，可以使人们行事时更加小心谨慎，能够避开危险和有害的情况，更好地保护自己，避免挫折、失败和某些意外情况。但是，过度的恐惧则会让人不堪重负，严重影响身心健康。

那些有着恐惧情结的孩子往往畏首畏尾，不敢追求，不敢创造，每天都生活在无止境的、无谓的担忧和惧怕之中，错失了学习知识和丰富的人生经验的宝贵机会。为了培养孩子良好的、健康的心理，父母应该帮助孩子走出恐惧的误区，指导他走上健康的心理道路。

还有一点非常重要，父母一定不要给孩子造成恐惧心理，我这么说是有一定的道理的。

有些父母对孩子的要求反复无常。今天对孩子这样要求，明天就对孩子那样要求，会让孩子无所适从，而且不管怎么做都会得到责备，于是就产生了恐惧心理。

有些父母喜怒无常，经常把情绪发泄到孩子身上。孩子受到的伤害次数多了，就会害怕父母，怕父母乱发脾气，怕自己受到伤害，内心自然也会充满恐惧。

还有些父母在孩子犯错后总是严厉地责怪孩子，孩子就会变得怕做错事，怕受到责备，就什么也不敢做，终日生活在恐惧中。

所以，父母一定要避免这样的情况发生，不能让自己成为孩子恐惧的源头。

未知，艰难，危险，伤害……如果孩子面对这些产生了恐惧心理，父母首先要镇定地面对孩子的恐惧，凭借自己的经验帮助孩子消除恐惧，引导和鼓励孩子勇敢去面对恐惧。

中篇 道德教育

第四章 德育的意义及原则

重视孩子的精神形成

当身体足够强壮来为精神提供坚实的物质基础后，我们该考虑如何使精神保持健康，使孩子的行为举止合乎一个理性动物的高贵、善良的身份。

在文章开头我曾提出，教育是造成人的能力水平参差不齐的主要原因。当孩子做什么事，结果不论成功或失败，我们都倾向于把它归结于孩子所受的教育。在这种情形下，我们要重视孩子精神的形成，而且是越早成型越好，因为这足以影响他们的一生。

如同身体强健的主要标准是能忍受劳苦，心理坚强的标准是一个人能克制自己的欲望，在理性的指导下不至于误入歧途。

早期教育不当的危害

父母有爱护孩子的天性，他们恨不得每时每刻保护孩子，但这种天性会将好多父母对子女的教育引入歧途，就是丧失理智。

父母的责任不仅在于保护孩子，还在于纠正他们的错误。但往往被溺爱蒙蔽双眼的父母会忽视后者，以孩子还小，犯错难免，或者即使犯点儿错也不会引起多大影响为由，任意放纵孩子，对子女的恶作剧一味原谅。

父母没考虑到孩子的接受力极强，你如果不告诉他什么是正确的，他会一直坚持错误，梭伦曾说过“不错，孩子的一次犯错是小事，但习惯可是一件大事”。

集万千宠爱于一身的孩子，随心所欲，甚至自私自利，也一定会学会打人、骂人。他们习惯了这种行为方式，因为从没有人对此说些什么，他们自己就自然而然地认为这样很妥当。

等孩子长大后，他们依旧我行我素，但这时父母才开始抱怨，说孩子刚愎自用、自以为是，不尊重父母。这些父母还不明白，如今的结果都是他们一手造成的。

父母也想采取一些措施，帮孩子改掉恶习，但积重难返，好习惯很难养成，但坏习惯一学就会。

随着年龄的增长，孩子被父母惯坏的习惯只会越来越明显，他们还是喜欢按照自己的意志行事，凭什么约束？凭什么失去父母捧星捧月似的优待？就像是一匹桀骜不驯的野马，将它驯服成乖乖听话的家马是很难的。

我们对待动物是很聪明的，知道在它们幼小的时候驯服它们，然后长大了才能听话为我们所用。我们唯独在孩子方面像丧失了理智一般，使他们成为顽劣的孩子，却又愚蠢地希望他们长成善良的人。

儿女小时候想吃糖球或想吃葡萄，父母都是笑脸相迎，满口答应，生怕孩子有一丁点儿不高兴，但他们长大后，想喝喝酒、玩玩女人，父母一脸愤怒，坚决说“不”。为什么会这样？喝酒、玩女人之于成人与糖球、葡萄之于孩子从本质上是没有任何区别的，都是孩子的欲望。

我们的欲望会随着年龄的增长而有所变化，有欲望是正常的，但如果欲望不能接受理智的规范与约束，我们就会犯错。

凡是小时候自己的意志不惯习于服从他人的理智的人，一旦长大成人，到了自己能够运用理智的时候，他也是很少会去服从自己的意志的。这种孩子的发展前景令人担忧，你不知道，他随着自己的性子会闯出什么大祸。

以上所说的种种情形就算是最用心教育子女的父母，也会常常疏忽的。除此之外，还有另一种父母管教孩子的情形。

“拿来一根棍子，让我好好教训他一顿”，这是大多数孩子经常听到的一种训斥。父母当时想着吓唬吓唬孩子，但也有真动手打孩子的。打完之后，父母真是解气了，可孩子不仅要忍着身体的伤痛，而且得承受心理的创伤。

你想想孩子渐渐长大后怎么会有暴力倾向，这是在社会上学的吗？不是，这都是粗心的父母教授的。如果孩子遇到生气的事，他很容易采取这种简单粗暴的打人方式来发泄，从小养成了这样的行为习惯，孩子怎么在社会上做一个老老实实的公民？

衣服的主要作用是遮羞、取暖和保护身体，可是无聊又愚蠢的父母偏偏挖掘出它炫耀的作用。妈妈看到小姑娘穿了一套新衣服，戴了一顶新帽子，就连声称赞，叫着“小皇后”“小公主”，小孩子都喜欢听好听的话，以后买衣服专门挑好看的买，就为了别人羡慕的目光和虚假的夸奖，长大了也是这样，但很容易沦为拜金女。

师长和父母有时为一己私利会鼓励学生和子女去撒谎，或说些背离原则的话。孩子慢慢学会了，哦，原来只要对自身有利，大家都不顾什么正义正直，甚至这种方式还一直被推崇，那么下次曲解事实对自己有利时，他会不去撒谎吗？

在生活边缘挣扎的贫困家庭里，没有多余的食物，孩子有时都吃不饱，更不要说多食过饱了，

但这样的人家通常一夜暴富后就会奢靡浪费，告诉子女，他们很喜欢贪杯，喜欢过食，但苦于食物不够，才没这样贪婪，不过现在好了，想吃多少就吃多少。

而家境本就殷实的父母更是将这种教育施展到了极致，他们把吃看作人生大事，吃饭时什么好吃吃什么，饭后还要用汤或者甜点帮助消化，实则是在给胃增加负担。

当孩子不高兴时，父母首先问候“宝宝，想吃点儿什么？妈妈这就给你拿”。这样的方式孩子总有一天会烦的。子女生病的时候，身体发出减少食欲的信号来阻止疾病发展，有些父母反倒想着法子做油腻的食物给孩子吃。其实，这样会导致积食，占用抵抗疾病的精力。

有些子女得到了父母的精心照顾，自己本来能限制口腹之欲，安于清淡、简单的饮食。但他们身处社会免不了受到精食主义的煽惑，这对于人类本来的食欲自然是一种有效的刺激，会使他们很快爱上山珍海味。

理智虽严，但风气如此，又有什么办法呢？连社会上的优秀人士，都唯精食为时尚，我说它是一种奢侈又有谁会相信。

精食主义现在已大行其道，甚至取得和美德同等的地位，若有人公开反对，大家会把他当作傻瓜，或者说他不懂与时俱进。

精食主义已如此“畅销”，提醒父母们在教导子女时要更加当心，注意观察生活中的各种引诱和某些人公然教导的不良用心。幸亏我所注意的是其中的道理，否则有些人就该说我有了一点儿无故讥讽别人了。

针对社会上有意或无意地，向孩子灌输的不良思想就说到这里，为了孩子的心灵健康，只希望父母多加注意，给孩子正确的指导。

用约束帮孩子克服欲望

能克制理智所不容许的欲望是一切德行与美善的原则，这种克制能力的获得和增进靠的是习惯，而孩子越早接受锻炼，越能及早掌握并熟练发挥。

如果大家相信我的话，我建议，孩子在摇篮里的时候就应该练习克制自己的欲望，不可怀有奢望。

孩子首先要清楚了解，他们之所以获得某件东西，不是因为那件东西得到了他们的喜爱，而是因为那件东西适于他们去取得。也就是说，自己喜欢的东西不能通过哭泣、恳求来获得。

这样，即使得不到满意的事物，他们也能学会，没有它也能得到满足，就绝不会利用乖戾的

手段去争取胜利。现在那些哭着恳求什么东西的人正是因为从小没有接受这样的教育，甚至会哭着想要月亮，结果闹得大家都不得安宁。

但我也知道，孩子毕竟是孩子，要求他们对任何事情都不能放肆是不可能的，他们应该受到温和的对待，应该有玩具，应该做游戏。但有一条原则必须要遵守，就是孩子要求的東西，或想做的事，如果对他们是不合适的，我们绝不可因为心疼他们年龄小便答应他们，不论他们怎么纠缠。对于纠缠不休的孩子的要求，更不能答应。

有些孩子用餐时，无论什么食品都绝不去要，吃了自己所得的一份就心满意足了。但有的孩子无论见到什么都想要，每份菜都要，而且得先吃。这两类孩子为什么会有这么大的区别呢？因为后者习惯于获得哭着要求的東西，而前者不是。

孩子自己的理智越少，就越应该受到监护人的严厉看管和约束。所以，孩子越小，那些无厘头的欲望越宜少满足。只有认真、小心的人陪伴在孩子左右，才有助于培养孩子的好习惯，而且这种教育开始得越早就越能为家长和老师减轻烦扰。

对于孩子要求的東西，一旦遭到拒绝后，以后无论他们怎么哭泣着恳求，当然不可再给他们，如果我们要培养一个德行良好的子女，这条准则是一定要遵守的。

从小用权威和爱管教孩子

要使子女绝对服从父母的意志，就应该在孩子极小的时候加以管教。

如果你希望你的儿子过了儿童时期仍旧服从你，那你最好在他刚刚知道服从，知道自己归谁管教的时候起，立刻树立起做父亲的威信。

如果你想让他畏惧你，你就在他婴儿时期使他畏惧你，随着他的年龄渐长，你便应当多多假以辞色。这样一来，他小时候是一个顺从的臣仆，长大了又是你的一位贴心朋友了。

反观现代父母的教育，子女幼小的时候，他们一味放纵亲狎，一旦子女长大成人转而对之声色俱厉，不去亲近他们。

子女在儿童时期遇事没有判断力，真正需要的是有人管束，而非过度自由和放纵；反之，子女成人后更追求自由，同时有了自己的理智思考，专制与严厉会阻碍了子女寻求独立的能力。

所以，父母要反思自己的教育方式，根据子女身心发展的需要，而不是全凭父母的一厢情愿来教导孩子。

第五章 德育的具体意见

管教孩子的方法、措施

成功的教育成果是，子女幼小时，视父母如君父，如具有绝对权威的统治者，这样去畏惧父母；随着年龄的增长，则应当视父母为最好的、唯一可靠的朋友，这样去敬爱父母。达成这一目标的唯一途径，就是我在下面讲到的方法。

子女年幼时，通过严厉管教使他们服从父母的意志。但随着子女年龄渐长，父母要学会将心比心，换位思考。

把子女的需要放在第一位，而自己的“统治者”的自尊心次之。子女长大了，拥有了自己的理智，对自由更加渴望，和我们一样，他们会有欲望，有热情。不愿时时忍受斥责，看他人脸色，因而感到不安；当与人交往时也不愿意受到人家的奚落和冷淡。

当子女处于这样的境地时，他们渴望找到一位伴侣、一个朋友、一个能交心谈话的对象，以期精神上的慰藉。这时父母应一改以往严厉专制的形象，对孩子和颜悦色，创造轻松自在的氛围，来帮助孩子解决问题。

子女长大后就会明白，儿时父母的严厉管教是为了保护自己，成人后父母的温柔体贴是信任自己。这样父母会得到子女崇高的敬意和无尽的感激。

父母要想在子女心中树立威信，首先应凭借“统治者”的畏惧，取得支配他们精神的力量，到子女年龄稍大之后，就要用朋友般的友爱去维系这种力量。因为当孩子有了自己的理智后，教鞭和惩罚都用不上了。

父母一心想把子女培养成德行高、名声好，受人尊敬的人，但父母不能给孩子造成一种误解，就是德行高、名声好的人就是做给父母看，只要父母高兴了，自己就可以得到财产，但私下的生活却是恶俗的。

人人都有需要依靠自己和自身行为的时候，一个善良的、有德行的人要从他的内心去培养，也就是学会“慎独”。

所以，父母要时刻警醒，观察子女是不是当面一套背地一套，如果这样就应该及时纠偏，逐渐地将良好的品质内化为孩子的性格或气质。

管教遵循的原则大体就是这些，下面我将详细讲述管教的细节。

考虑到孩子娇嫩的身体，有人可能怀疑我曾反复提到的，孩子应该严加管束。但我这样说，

必定有其中的道理。

因为我知道严酷的惩罚只是父母解气的一种方式，但对孩子有百害而无一利，惩罚最重的孩子反而被变相地培养出暴力倾向。

所以，自始至终采取这种方式是不值得提倡的，我主张，无论何种严格的管理，总是孩子愈小愈需多用。一旦施用适度，获得效果后便应该放松，改用比较温和的管教方法。

父母在子女记事之前如果坚持培养子女平易近人的性格，逐渐就可使它内化为不可动摇的习惯，习惯成自然，不致引起反抗与怨恨，但要注意以下几点：

第一，要及早培养，江山易改，本性难移。子女年龄越大，改正的阻力就越大，为省去诸多麻烦，父母要尽早着手。

第二，不能有丝毫折扣，顺从父母的态度是一种水到渠成的结果，就是从内心服从，没有一点儿勉强。

那么，日后子女长大成人，完全可以靠自己内化的能力去约束种种理智不允许的欲望，而不用别人的督导、训斥或惩罚。

当你能仔细想想教育的目标是什么，关键又是什么，这种道理就很容易被理解和接受了。

第一，不遵循德行和努力的真正原则的人不会克制自己的欲望，如果任由不为理智所容纳的享乐或痛苦蔓延，他们势必变得无能和平庸。

前面也有提到过，学会自制是人未来事业和生活幸福的真正基础，但自制与人不羁的天性根本相反，所以父母要尽早培养这孩子的种习惯。

在孩子刚懂事的时候就要有意识地锻炼，这是一个负责的、明智的父母应该做的。

第二，如果父母不留心注意，严格的管教可能会压抑孩子活泼快乐的天性，造成精神颓靡、心情忧郁。这种情形较之前者更坏。

原本自由的青年，生龙活虎，精神饱满，稍加指引就能走上正轨，变成一些能干的、伟大的人物。但沮丧消沉的孩子则不然，他们态度消极，精神抑郁，没有正确的引导，最终沦为平庸之人。

真正懂教育的父母能找出一种协调的方式，既能保持孩子活泼、自由的天性，也能培养他克制自我的能力。

鞭挞孩子是一种贪便取巧的惩罚措施，这是一般老师所知道的或所想到的管理孩子的方法。

但这种简单粗暴的方法却是教育上最不适用最愚蠢的方法，因为它有以下两种弊端。

第一，追求身体和现实的快乐，极力避免痛苦，是我们人类的本性。但这种惩罚方法不仅不会克制这种倾向，反而可以刺激它，增加它支配我们行动的力量，这是发生一切邪恶与罪过的根源。

一个孩子本来不愿学习，现在因为怕打而苦学起来了，本来爱玩游戏，因为怕打而不玩了，他改变的动机完全是为了避免皮肉之苦。

久而久之，孩子找到一个“两全其美”的办法，在父母面前就按父母的意愿做事，父母不在身边就按自己的意愿做事。慢慢地，他们学会了撒谎和投机取巧。除此之外，在父母或师长的棍棒下求生存的孩子会逐渐习惯这种暴力方式，长大后也会自然地施用在别人身上。

所以，我觉得孩子在犯错后，羞愧和反省的心理总比害怕、痛苦的心情好上百倍。

第二，这种惩罚会剥夺孩子的爱好，更不会帮父母在孩子的身上达成自己的愿望。

当孩子在很高兴地做自己喜欢干的事时，突然遭到一顿莫名其妙的训斥，不仅好心情会被打破，而且被打骂得多了，对原本喜欢的东西反而会越来越讨厌。

如果父母想在棍棒之下让子女接受一个新事物，他们表面是照父母的意思做了，可心里不知有多么怨恨和不满。最终，结果肯定是孩子的兴趣被扼杀，父母在孩子心中成了很讨厌的形象，造成两败俱伤的局面。

还有，孩子不喜欢这个事物，可能也会讨厌和这个事物相关的其他东西。譬如有人常用一个杯子去喝恶心的药，那么他一见到那个杯子就会恶心，哪怕杯子洗得很干净，外表很美观。

第三，这种奴隶式的管教会培养出子女奴隶式的性格。

当有鞭打威胁的时候，他们会佯装服从；一旦这种威胁不存在，知道没人打自己时，他们会淋漓尽致地施展自己的本性。

当压抑许久的本性如火山爆发时，孩子会尽情地享受这个过程，可万一危险来临，他们会懂得悬崖勒马吗？

第四，管教过于严厉虽似乎有效制止了孩子的一时任性，但可能打压他们活泼快乐的天性。

一个放荡不羁的青年被训练成百依百顺的好孩子，他不会吵闹，不会给别人带来困扰，这种愚钝的、听话的性格可能会令父母高兴，可从长远来看，一个抑郁消沉、缺少主见的人终生碌碌无为，于人于己、于家庭于社会都没用。

所以，为了子女快乐、健康地成长，父母要尽量避免使用鞭挞或奴隶式的体罚，只有到了极端的境地，才能偶尔用用；反之，用孩子心爱的事物去奖励孩子，通过讨取他们的欢心，来达到父母的目的，这种做法同样不值得提倡。

生活中这样的场景是很常见的：如果子女考试取得好名次，父母就承诺给他们买礼物；如果及时完成作业，就给他们买新衣服；如果按时上课，就给他们糖果。

子女可能会写完作业，可能考得挺好，但这只是暂时的成果。如果自作聪明的父母认为通过“投其所好”，就能使孩子一直这样听话地做下去，那就太可笑了。

因为当孩子的欲望没有管束时会无限放大，如果有一天，他们说想要星星和月亮才好好学习，你该怎么办？

父母本来应在子女年幼时就培养他们对欲望的克制，但这种奖励方法却南辕北辙，竟逐渐养成子女骄奢、贪婪的陋习。这为以后的生活埋下祸根，除非我们克制自己的欲望，否则惨痛的教训不可避免。

孩子天生就该快快乐乐的，他们应该享受无损德行、无伤健康的快乐，应该过有兴致的生活。不过，他们获得的种种快乐只是因为得到了父母与师长的重视、赞许的结果，绝不是原本不想做某件事，但因为能获得想要的报酬才去硬着头皮去做。

但是你既不主张惩罚，又不提倡鼓励，那么孩子该如何管束呢？我承认，“胡萝卜加大棒”，就是用奖励刺激积极性，用惩罚对付消极懈怠，是一般理性动物的行为动机。当然，这个方法也适用于孩子。但我要强调的是，父母和师长要把孩子当作具有理性的动物去看待。

我们想要支配孩子，同时又不至于把他误入歧途，那么我们就应改正错误的奖惩方法，尊重规律，绝不能一厢情愿。

父母不要简单地将身体上的痛苦与快乐看作支配孩子的手段。前面说过，它们只能助长那些本该被克制的欲望，增强它们的力量。

假如一个孩子哭着要求一种不卫生的、有危害性的水果，你便给他糖果，以求得他的安宁。这种以另一种欲望来取代原来的欲望的做法是饮鸩止渴，因为你会无形中扩大孩子的欲望，为以后更复杂、烦扰的吵闹埋下祸根。

这种方法治标不治本，改正的只是欲望的对象，对于欲望本身还是鼓励，认为应该得到满足。但一切麻烦的根源都在欲望本身。你用这种方法是变相助长无穷无尽的欲望，一有机会它们就会爆发，从而引起更大的苦恼。

还有一类奖励与惩罚是解决如何使孩子遵守秩序的问题。它们一旦形成，就会成为一种强大的力量来支配孩子的行为。

首先应培养孩子的羞耻之心，让他清楚地了解什么是尊重，什么是羞辱，然后教会他人生在世要珍视自尊和他人对自己的尊重，避免被别人羞辱，甚至自己都看不起自己，久而久之，

这些话会内化为孩子为人处世的原则，让他们受益终身。但这个习惯怎么培养呢？

第一，孩子对于称赞是极敏感的。

孩子觉得被别人看得起，尤其是被父母及自己所信赖的人看得起是一种快乐。所以，不论是父母还是其他在孩子周围的人，当孩子表现好时，都不要吝啬一句称赞；当孩子行为不好时，不要迁就他们，该批评就批评。

久而久之，孩子不仅会辨别是非，分清黑白，还会感受到不同的态度，从而对称赞愈来愈渴望，自然尽量避免不好的行为。这种方法比威吓打骂更灵活，更有效果。

第二，为使孩子更加深切地感受到被尊敬的可喜、被羞辱的可耻，并使这种感觉增加效力，就要让孩子在受人尊重时得到可爱的事物，在被人羞辱时失去喜欢的东西。

人之所以得到或失去某些东西，不是因为行为的好坏，而取决于你受到了尊重还是侮辱，并且这种得失是一种必然的结果。

用这种方法对待孩子，孩子就会明白，能得到自己喜爱的事物的人往往都是行为良好、受人尊敬的人。相反，那些行为恶劣臭名昭著的人无论如何也不会获得心爱的东西。

长期下来，孩子就会形成一种固定的经验，知道只有名誉良好的人才能得到心爱的东西。因此，孩子的欲望有助于提高他的德行。

“以被人奚落为耻，以被人尊重为荣”，当这种观念在孩子心中根深蒂固时，父母就容易对他们管教了。

愚蠢的仆人可能是实施这种方法的一大阻碍。孩子犯了错，遭到父母批评后，常常可以从仆人给的放纵和迁就中得到安慰，结果，原本可以培养的良好德行被破坏。

在教育孩子时，凡是孩子身边的人都应齐心协力，当孩子犯了错，父母对他们冷言相对时，其余的人都应该对他表示冷淡的态度。谁都不能打破规则对他热情，直到孩子自己认错，纠正过失，要求原谅，以恢复名誉为止。

这样孩子为求得满足和安适，为博得大家的尊重会改变以前那些任性却使别人轻视的行为，久而久之，孩子会建立起谦逊和知耻的心理，还会自己矫正错误，更无须父母的斥责与鞭挞。

至于仆人，父母还是找一些深明大义、理智的仆人来照顾孩子。

所以，只要方法得当，鞭挞和斥责完全可以避免。鞭挞和斥责会让孩子对使自己遭受惩罚的行为产生一种羞耻与恐怖的心理，但却并不明白自己做错了什么，怎么做是对的。这种方法只是改变表面，并未触动起决定性作用的核心。

只有根植于内心的羞耻心和不愿被人轻视的畏惧心，才是一种真正的约束，才能帮助孩子遵守秩序。

如果父母常常实施体罚，孩子的羞耻心就得常常忍受侵犯，就像妇女温顺的性情，若屡遭侵犯，终有一天会毁灭，孩子的羞耻心也不会一直坚持下去。

即使父母实施了体罚，但如果他们只是吓唬一下孩子，在打了孩子之后，很快又温柔地对待他们，那么孩子对父母的恼怒是不会惧怕的。

所以，父母要仔细考虑，子女的哪些错误值得生气，而且一旦生气实施体罚后，就不应该很快地转为和颜悦色，只有等到子女认错，并纠正过失学会良好的行为后，才可以完全恢复原来的态度。

不考虑效果的体罚只是白费心力，一旦被孩子找到投机取巧的法子，他们的行为只会越来越差劲。

关于荣誉，我只有一点要说，名誉不是德行的真正原则和标准，但没有名誉的人很少有好德行。经过生活的磨砺，成人会发现，有些德高望重的人并没有好德行，但孩子还很小，还不能洞察世事，从这个角度考虑，这是指导和鼓励孩子的正当方法。

这种考虑可以指导做父母的人正确批评和赞扬子女。

明智的父母不会迁就子女，也不会吹捧子女。但我建议，父母最好私下里批评他们，当着别人的面夸奖他们。

因为孩子受到表扬后，经过大家的传播，奖励的意义就更大。而父母不宣扬子女的过错，子女则对自己的名誉就越看重，他们觉得自己是有名誉的人，因而会小心行事，以维持别人对自己的好评。

如果你当别人的面宣布他们的过失，使其无地自容，他们便会很失望，觉得自己的名誉既然已受损害，要维持别人的好评的积极性就会降低。

其实，奖励和惩罚可以使用，但父母要根据具体情况有选择地使用。

比如，孩子天生爱玩，可能办一些又傻又天真的事，只要他们不妨碍别人，父母就尽量不要去管束，否则会压抑他们自由自在的天性。

而且父母频繁地惩罚会失去惩罚应有的效力，即使改变惩罚方式，也会减少它的力量。如果惩罚过度，会扼杀孩子的童心，以致损害孩子的身心。

但若孩子太吵闹，那就用比较温和的方式，说一句话或使一个眼色来使他安静些。爱玩的天性能增加孩子童年的快乐，有助于身心健康，不必加以约束。

我们教导孩子的技巧就是，让孩子将做应该做的事情看作玩游戏，得到一样的快乐。

现在的教育中普遍存在一个误区，就是通过让孩子死记硬背规范和条例，奢望孩子就能有好的行为。

结果呢？孩子前头背后头忘，做事的时候更不会想着还有这些规则的约束。这种方法根本没有效果。

反复练习建立习惯

正确的方法是，实践出真知。如果你想让子女朝着良好的方向发展，那你就让他反复练习，错几次没关系，就让他一直练，直至内化为做人做事的原则，这样做有两个好处。

第一，你可以借此知道某件事孩子是否能做。我们只有吩咐孩子去做某件事情，试过之后才知道他本没有做这件事的能力，需要加以指导和练习。

第二，通过反复练习，这种做事方式会成为一种习惯。就像有人向他敬礼，他会自主地鞠躬回答，有人向他说话，他会主动地注视对方的面孔。逐渐地养成良好习惯，这简直是一件与呼吸空气一样自然的事情，用不着考虑，也用不着回想。你就这样一点一点改正孩子的过失，帮他养成绅士所应具备的好习惯。

有些父母乐于让孩子背大堆大堆的规则，可小孩子缺乏定力，注意力又不集中，很难记住这些条条框框，即使当时记住了，等到做事时可能还会犯错，然后遭受谴责，这样反反复复，孩子自然对别人的嘱咐很厌烦。

实践已经证明这种方法是错误的，所以父母给孩子设定的规则应愈少愈好。

如果你定的数量超出了孩子的承受范围，造成的结果是，孩子常常违规，父母看他做什么都不顺眼，然后是一顿惩罚，惩罚过多对子女危害很大；或者是孩子违规了，但父母不说什么，那么他就会从心里轻视这些规则，你的威信也会随之降低。

规则应该是少而精，一旦定下来就监督孩子认真贯彻实施，并且循序渐进，一条规则打牢基础后再学下一条。

但话说回来，规则说到底是外在的，总会被孩子忘记的，要培养好修养，它是不可靠的。还是实践出真知。给孩子时间和机会去练习，父母负责指导和纠正，慢慢地正确的行为方式会在孩子身上固定下来，使他们养成一种习惯，习惯成自然嘛，不靠记忆就知道该做什么，但有两点需要提醒。

第一，子女练习某种习惯时，父母最好用温和的方式去指导和鼓励，不可疾言厉色地责备，好像他们是有意违犯似的。

第二，培养一种习惯时要专注，不可同时培养多种，以免捡了芝麻丢了西瓜，最后什么习惯也没有养成。要等到一种习惯完全地熟练掌握之后，再去练习下一种。

这种方法坚持下去是有效果的，较之死记硬背然后生搬硬套的方法好得多。其实，在实施这个方法的过程中，认真的父母就会留意到子女的天性如何，或者有哪些特质，现在做的事情是否符合他们的能力。

这点很重要，因为它决定着父母对子女的教育方向。比如孩子生性活泼好动，那我们不能让他养成忧郁消沉的性格，我们也不能改内向为外向而不伤害他们，孩子身上的特征如同他们的体态一样，稍微改变一点点是可以的，但是很难把它们完全改成一个相反的样子。

成功的教育是以子女的天性和才能为基础的，所以照顾孩子的人要仔细研究他们这两方面，并且多试一试，看看孩子适合往什么样的发展方向，凡是压制孩子天性的道路都不可取。

还有，为了孩子的全面发展，要充分了解他们有什么，缺少什么，缺少的东西是不是值得争取，那些必需的品质是不是能通过学习和锻炼来获得。

我们对待孩子最好的方式就是，从他们自身特质出发，在尊重客观规律的基础上采取有限的必要的措施，使孩子不至于偏离正轨。

有些父母不顾实际情况，一厢情愿地把孩子培养成“全能王”，结果使孩子原来的才能被扼杀，本来不会的技能也只能学到蜻蜓点水的程度。

甚至父母给孩子的粉饰可能会把他教育成一个矫揉造作的人。因为学过的好多技能可以给自己贴金，必定能取悦众人，引来赞誉，得到的称赞越多，他就越不想让别人发现自己的缺点，他越会装出一副优雅的姿态，可他不知道，越装优雅反而离真正的优雅越远。

这是一种误入歧途的教育方式，我们要提防，不能毁了无辜的孩子。

矫揉造作的原因及危害

一个人在做某件事时，如果流露出真情实感，那时他表现出的优雅的态度才会赢得别人的欢心。一个心胸坦荡的人既不卑鄙狭隘，也不孤高傲慢，也没沾染任何重大缺点，这也是很招

人喜欢的。

他们无论做什么事，展现出来的都是真实的自己，没有矫揉造作的姿态，自然行事落落大方。这是因为他们进行了持续的练习，逐渐把自己的修养培养起来，到了与人交往时才能表现自如，让人一看上去就知道他们拥有善良的心地和良好的气质。

相反，矫揉造作是对人本性的扭曲，是对别人身上具有的自己很羡慕的某种气质的模仿，缺乏来自内心的真实。这种表里不一的表现有两种。

第一，一个人通过装腔作势表现出自己本来没有的一种心情，但终有一刻会自行暴露的。比如有些人有时候实际上并不悲哀或愉快，但他们却偏要装出这样一副神情。

第二，某些人在行为举止上表现出与他们不相称的动作。

比如他们与人交往时，为表现出对对方的尊重，或表示出谈得很有兴致，会装模作样地说一些客套话或做一些夸张的动作，但实际上这并不是自然的或真实的表现，而是因为他们心理上有某种缺憾或错误的表示。

如果他们不是一味地模仿别人，而是用心地分辨出别人的行为哪一部分是优雅的，或哪些是别人特有的，并结合自身特质有选择地借鉴，就不至于造成这样的情形，贻笑大方。

一切矫揉造作，无论它们以何种方式呈现，总是令人讨厌的，因为我们都喜欢真相，不想被虚假蒙骗。

不要把生活搞得过于复杂，我们还是提倡做自己，率真和不矫揉造作的本性永远是正确的。

人无完人，这是常理。身为平凡的人没有什么卓越的成就，或是行为方面有什么缺陷，气质不够优雅，这很正常，没人过多地去关注，更不会有人去批评，因为这样的凡人太多了，可是如果你弄些虚假的东西给自己贴金，免不了惹来非议，说你太不光明磊落了。

错误的教育才会产生这种矫揉造作的毛病，而我认为错误的教育是父母或师长，只知道定出规则，立下范例，却不把经验与实践相结合，不让孩子多次反复练习，他们就无法熟练掌握规则，也就无法养成习惯，更不会在实际场景中自然地应用。

培养有礼貌的孩子

关于礼貌的学习，我认为学习方法与其遵从规则，不如依靠榜样的力量。

如果孩子意识到自己因为行为优雅，所以能够得到别人的尊重和赞许，那么为了获得别人的

赞许，他们会愿意效仿行为得当的人，使自己的行为变得优雅。

我提倡孩子到了能学跳舞的年龄就让他们去学，跳舞能帮助他们塑造挺拔的身姿，能增强他们的自信心，使他们有机会和年长的人交际。

孩子要从小养成懂礼貌的好习惯，不论吃怎样的苦。其实，小时候学习吃的苦比长大改正陋习吃的苦要少得多。所以，父母应毫不通融地培养起孩子优雅的气质和素养。

只要孩子大脑中有懂礼貌的意识，他们的一些过失可以随着年龄的增长改正过来，因此父母没有必要为这些过失过分操心。

如果孩子已经知道，要敬爱父母师长，对他们不敢顶撞，对别人也知敬重，怀抱善意，那么孩子很自然地就会对照别人受欢迎的举止，来改正自己的失当行为。

在孩子的这种温良和善的气质形成之前，父母可以利用名誉、赞赏，以及名誉、赞赏所带来的可爱的事物，使孩子形成这样的心理，只有品行良好才能得到尊重。

然后再经过不断练习，纠正，再练习，再纠正，最终使孩子的形成牢固的温良和善的习惯，其他的良好修养也就容易习得了。我建议由一位接受良好教养的男子去教导他们，因为女仆一般在教育问题上不够明智，太溺爱孩子。

在子女小的时候，他们免不了要犯无心之过，只要其中没有骄傲和天性不良的迹象，这些过错都可以原谅。但是他们的任何行为如果显露了这种迹象，那就按照以上说的方法，立刻加以纠正。

我想再仔细叙述一下孩子的礼貌问题与日常行为的关系。因为父母在这方面普遍存在错误的行为。

在孩子小的时候，一般不会有人专门负责帮助他们陶冶情操。这一点经常被父母轻视，乃至忽视。

可反过来，孩子的言行举止一有失礼的地方便遭到父母的训斥，而且常常当着客人的面。这些父母表面上是在改正子女的错误，实际上多半只是为了遮盖自己的羞耻而已。

因为如果真心想纠错，为什么不在平日里教孩子呢？

这些父母为了自己不受责备，便盛气凌人地归罪于可怜的孩子，其实只是惧怕旁人议论，说自己对孩子缺少管教才造成他的不良行为。

这种每逢事到临头便去斥责一顿的方法不是教导子女，而是无故使他们受烦扰，吃苦头。

正确的教育方法应该是，先让孩子接受教导，知道做什么，怎么做，而且要经过反复的练习。在孩子毫不习惯的情况下，临时教给他怎么做的效果不好，更何况还忍受着责备。

子女因为年龄小可能犯一些幼稚天真的错误，但只要心地善良，重视礼貌，这些错误随着年龄的增长，孩子能够自己改正。

所以，父母在这方面可以宽容些，不要动不动就斥责子女，斥责又不会使孩子形成良好的修养，较多的斥责反而是父母对子女不信任的表现，会引起亲子间的隔阂。

教会孩子如何交朋友

此外，父母要注意，对子女的行为举止最有影响的人是他们身边的朋友。人类是一种模仿力极强的动物，孩子的举止大多都是模仿得来的。所谓“近朱者赤，近墨者黑”，子女要认真地选择品行良好的伙伴，对顽劣的孩子敬而远之，其间父母也要把把关。

我在前面提到过，仆人为了讨好孩子，减低了父母斥责孩子的力量，损害了父母的威信。除此之外，仆人的陋习、恶俗的语言和狡诈的心思，父母如果不加注意，都会被孩子模仿。

要百分百防止这种弊端是很难的。如果你的仆人都是品德良好、知情达理的，孩子不会沾染一点儿恶习，那是你真走运了。

但是，孩子沾染陋习的可能性依然存在，所以对仆人带来的弊端我们还是应该尽力去防止。

为达到这个目的，孩子在父母和师长面前应拥有他们这个年纪该有的自由，不可无故添加不必要的约束。

孩子想做天真的、幼稚的游戏，只要对他人没有恶意，父母该鼓励他们怎么开心怎么玩甚至可以和孩子一起玩，绝对不要摆出一副严厉的表情，训斥他们瞎闹。请想一想，孩子如果感觉在父母面前拘束，肯定会选择远离父母，接近仆人。这样就是父母亲手造成的伤害了。

除此之外。凡是孩子心爱的东西都可以从父母那儿得到，并且应由父母亲手给予。父母要警告仆人不能把烈性的饮料、酒以及玩具等东西给孩子，以获取孩子的好感和欢心。

伴侣对孩子的行为举止影响是最大的。对此，我们有必要多交流些。

有些父母可能存在这样的忧虑，如果把孩子放在家中，孩子肯定会和仆人接近；如果把他们放出去，他们又难免受到各种恶俗社会思潮的毒害。但一直待在家里，不接触社会，孩子就不懂人情世故，还会变得胆小怯懦或骄傲自大。

的确，这两个选择各有利弊。让孩子多接触社会，他的胆量自然会变大，人际交往也能处理得更妥当。但社会环境复杂多变，相对而言，学校还是比较安全的。

父母把孩子送进学校的初衷是为了让孩子接受古希腊、罗马的文化，学点儿希腊文和拉丁文，并不是想让他变成一个有胆量的人。但学校里不可避免地存在暴力、粗鲁和欺骗，这与把孩子培养成一个高尚的人的目标背道而驰。

学校教育虽有优点，私家教育虽有缺点，但两者相比，我认为后者更为可取。

孩子留在家中，和亲人比较亲近，既能保持自己的纯洁和谦逊，也比较容易习得一些好品行，将来成为有用之才。大多数女孩子就是在家庭环境中长大的，这并不妨碍她们成为能干的女人。所以，在家接受教育可以成为成功人士，这一点是不容置疑的。

此外，要培养孩子镇定、沉稳的性格，就要对他们粗鲁或喧闹的行为加以提醒。

反对私家教育的人认为，家庭只能教育出怯懦无能和不懂人情世故的孩子。这个说法是片面的，以上两种不是私家教育的必然结果，也并非不可预防。况且，德行比人情世故更难获得，好德行一旦失去就很难恢复。

首先私家教育为孩子提供了一个简单、和谐的成长环境，社会上流行的邪恶少之又少，这对帮助孩子获得良好品行至关重要。

其次，细心的父母会帮助孩子练习好德行，进而内化为习惯。在全面的照看下，孩子才不会堕落。

最后，青年只有在锻炼出不屈不挠的意志，能洞察人情世故，知道社会上的种种诱惑和危险后，才能离开父母和师长的保护。这样才能确定他的德行不会轻易动摇，否则很容易陷入危险。

话说回来，青年人的羞涩、畏怯和不懂人情世故完全可以通过交际来治好。

但是，以孩子的纯真无邪为代价，来换取一点点人际交往技能，以使孩子增加点儿自信，这是一种本末倒置的做法。

培养孩子良好的德行永远是第一位，如果因和没有教养的邪恶的孩子交往，学会了狡诈粗俗，甚至动摇自己的德行，这是得不偿失的，孩子的一生都有可能被毁掉。

并且，孩子一旦进入社会，一方面固然可以增加一些知识与自信，同时也容易使他们失去德行。

在孩子形成良好的德行之前，谦逊和服从使他们更适于接受教导，所以父母大可不必过于注意自信的养成，最应该花时间、下苦功的，是使孩子参加更多实践，具备良好素质。

至于孩子长大后如何与人交往，融入社会，我们后面再讨论。

关于老师及家庭教育

基于学校教育对孩子的潜在危害，我不得不在此多说两句。

第一，学校里孩子的素养参差不齐。社会上之所以有些人平庸低俗，缺少最起码的礼仪，关键就是儿时多与顽劣的孩子为伴，学会狡猾、欺骗，养成虚伪、懒惰的陋习。

当然，这一弊端我并不是归咎于老师。因为首先一个老师就得管教少则几十个多则几百个学生，他很难兼顾每个学生的发展。

其次，除了孩子集聚在学校的时间，老师没办法时刻照顾他们。

而且，在应试教育制度下，老师自然把让孩子考出好成绩当作重中之重，对于其他方面，只要学生不犯天大的错误，老师不会主动给予什么指导。

也就是说，除了成绩，孩子的其他方面都是与同伴一起发展的，当然包括恶习、暴力、厌学。

和学校老师相比，家里的导师既能教授孩子必学的知识，还能有针对性地指导，监督他们的行为举止，培养他们高尚的情操。后者是学校老师很难做得到的。

社会上的确有些人，因为胆量非凡，敢闯敢拼，取得了成功，但做父亲的人却普遍地认为这是通向成功的必经之路。于是，希望自己的儿子尽早变得冒失莽撞，把儿子在学校中学到的小计谋当作谋生的本领，以为靠它就能生存。

殊不知，良好的德行和修养才是唯一可靠和保险的方法。

学校里，同学间的戏谑欺骗，或合作偷盗一座果园，这都只是游戏，孩子必然不能学到可以指导人生的真理。

相比之下，父母如果在家给孩子请一个青年绅士，他们就能更快地学到正直、宽容、严谨，这些都是成功人士必备的素质。

让文法学校里面最优秀的学生，和一个在家接受过良好教育的同龄孩子在一起，前者可能因无知在礼仪礼貌方面露怯，甚至贻笑大方，但后者却可以自如地施展早已成为习惯的优雅的行为举止。

各种各样的利益形成了社会上复杂的人际关系网。为了个人利益最大化，肯定有人耍心眼，玩计谋。

父母如果是这种人，那么没有判断力的子女会仿效父母。渐渐地，同学之间开始充斥欺骗、狡猾。如果你放任孩子在学校里凭自己的倾向选择伙伴，他就会不可避免地受不良风气的影响。

世风日下不假，但虔诚的基督信徒没必要抱怨道德滑坡，真正值得他们关心的是，如何使下一代的品行不堕落，知识不退步。

要解决这个问题，我们得从青年的教育入手，从小打好基础。没有做人做事的原则，长大后再多的教导也只是徒然。

英国人的绅士精神享誉世界，原因是我们学问严谨，品德高尚，举止文明。要将这种精神代代传承下去，我们应特别注意培养和维护青年的纯洁、沉稳和勤奋的美德。

近来海上发生的一些事情值得我们反思。勇敢是我们英国人的祖先留下的遗产，却被现代人的浪荡、腐败、奢靡消磨。一个被荒淫的行为瓦解的军队，再骁勇善战也只是徒有虚名，他们既不能保护国家，更不能耀武邻邦。

如何成功培养孩子的德行是教育过程中需要攻克的难题。这种德行不是冒失莽撞，不是任何一点点混世的技能。它的确很难培养，所以在父母心中必须是重中之重。导师在进行培养时，要尽力使孩子把优雅的行为举止当作一种快乐，直至根深蒂固，成为一种本能。

德行愈高的人，其他一切成就的获得也就容易。简单、和谐的家庭氛围，父母的细心照看，导师的行为示范与教诲，都为德行培养提供良好的条件。所以，家庭教育是达到教育目标的最好、最安全的办法。

如果家庭中会出现各种各样的面孔，父母就应使孩子习惯陌生的面孔。

如果子女具备了和有学问的、有教养的人交际的能力，那就给他们机会多锻炼。比如，父母外出访客时，可以带上子女，让他们多见见世面。

不过，有的父母还是想给孩子全面的照看、及时的指导，使他们少受仆人恶习的沾染，会把孩子留在家中教育。事情到底该怎样处理，并没有统一的规则，父母只需斟酌自身条件，做出选择即可。

说到这里，可能还会有人疑惑，家庭教育缺少伴侣，而一般学校又不利于培养德行。或许，随着时代的发展和社会的进步，将来大家会想到一个两全其美的方法。

父母要为孩子做好榜样

我们每个人，尤其是孩子，都爱模仿别人。因此，伴侣的影响不可小觑。父母陪子女的时间最长，想让他们尊重父母和听从父母的命令，父母应该首先尊重他们。

父母是子女的第一位导师，若想让他们做品德高尚的事，那么父母要示范正确的行为；不想让他们做的事，自己也不要去做。一旦做了，孩子就会投机取巧，“榜样”都这样做了，我也能这样做，似乎是为做错事找到了正当的理由。

可如果子女真做了这件错事，父母又去惩罚他们，子女只会认为，父母无理专横，只准自己有自由和快乐，却剥夺别人的快乐。怨恨会蒙蔽孩子的理智，他们不会想你的严厉是为了爱护他们。

为什么会这样呢？因为成人可以忽视规则，随便行事，这在小孩子看来就是特权。一旦看到大人做，他们就想仿效。

父母要记得，孩子是很喜欢冒充为成人的。

比如，他们爱穿短裤，并不是因为短裤样式好，或穿着舒服，而是认为穿短裤是成人的标志或象征。

以上对父母的提醒，凡是有权管理孩子的人也应该注意。

用奖惩管教孩子

前面已提到，孩子由于年龄原因做出了一些幼稚的不当，但不伤害他人的行为，父母不必责备他们，更不用惩罚他们。同样，在孩子的学习方面，父母也应该尽量少动用棍棒。一味地采用打骂来教育孩子的父母还没有掌握教育的要领。

把东西教给孩子的正确方法是，先让孩子对你要他们去学习的东西产生兴趣，兴趣是最好的老师，在兴趣的指引下，孩子自然会用功。

父母学到了正确的方法，能够谨慎地实施奖励与惩罚，但还有几条规则需要遵守。

父母要让孩子觉得应学的事情是一种乐趣，而非一种负担，或者是必须要完成的任务。

否则他们会产生抵触心理，一开始可能仅仅是讨厌，时间长了，就会和父母叫板，跟父母对

着干。

比如，你吩咐一个孩子，每天到了一定时候就去抽陀螺，他如果高兴还好，可如果他不喜欢呢，你依旧让他抽陀螺，这不就是强加给孩子一种负担吗？最终，他会讨厌抽陀螺，甚至讨厌一切游戏。

人都是追求自由的，可孩子本来自由的时间却让专制的父母来支配，他们会感到自己的意愿被忽视，自尊受到伤害。父母要记得，无论让孩子做什么，首先要尊重他们的意愿，不能无理专横，为孩子安排一切。

即使你已经使子女对某些事情产生了兴趣，也要学会“审时度势”，当他们没心思去做时，不要强迫他们去做。

我们知道有些喜欢读书、写作、玩音乐的人，在某些时候对书、字、音乐也会感到乏味、无聊，假如那时他们强迫自己坚持去做这方面的事情，也只是自寻烦恼吧。这是人正常的情绪变化。

况且，人在兴致好的时候才能够高效做事，勉强去做，费时费力。所以，父母要认真观察孩子的情绪变化，最好能总结出他的变化周期，如果发现孩子经常性地疲于做某件事，那导师需要在培养孩子的心性方面下点儿功夫。

这种方法可以帮助孩子快乐成长，但因为很少有父母会细心地考虑孩子的感受，总认为他还小，不懂什么，大人怎么说怎么是，忽视了客观规律，一旦孩子不愿做这件事就开始惩罚。本来惩罚已让孩子感到厌恶，你还怎么让他高高兴兴地去学习呢？结果适得其反。

不知道父母有没有想过，孩子这时不想做这一件事，是因为他有其他感兴趣的事要做。只要把几方面的事情合理规划，每个时间段都有孩子想做的事情，那就让他去做，不要剥夺他珍视的自由。

游戏和学习是相辅相成的关系，劳逸结合是经实践检验的真理。所以，孩子该玩的时间，做父母的就不要让他去学习，该学习的时间，也不要放纵他去玩。

这种方法需要父母小心使用，那么，无论你想让他学什么事情，都能设法引起他的学习兴趣。提醒父母一定要管教好家中最大的孩子，虽然比较费力，但这样之后，其余孩子就可以随心所欲地教导了。

孩子兴致高、有意愿做某件事时，精神亢奋，心思专注，这才是学东西的最佳时机。此外，还得注意。

第一，如果这种时机你不能经常找到，就通过导师的帮助，继续培养孩子的心性，设法改变现状，不能任他们就这样懈怠懒惰下去。

第二，尽早培养起孩子的自我管理能力，就是对于某件事情虽然做得正起劲，但经过思考后就能立刻放下，而毫不勉强地、高高兴兴地去做另一件事。这虽不能一劳永逸，但总比每次都要忍受父母的责令好。

为培养这种能力，父母可以特意给子女安排一些练习。你可以挑定他们懒惰不想做事，或是心思正放在另一件事情上的时候，指定一件事，让他们努力去做。时间长了，他们就拥有了自制的意识，到了必要的时候，放下手头的事，去做另一件事，也没有什么抱怨。这种能力会让孩子受益终身。

孩子天生活泼好动，一般情况下，他们只要有事可做，至于做什么，他们是无所谓的。就像跳舞与跳房子，在他们看来是一样的。

那么，为什么有的孩子对于该学习的事情就是不愿意学呢？有以下两点原因。

第一，父母以分派任务、下达命令的方式强迫子女去做，甚至有时会斥责他们，羞辱他们，非得把他们搞得战战兢兢。

第二，一些事情孩子本来想做，但因做得时间太久了，以致厌烦疲倦。

毫无疑问，这两点都侵犯了孩子珍视的自由，忽视了他们的需求。

相比之下，孩子为什么特别喜欢日常的游戏呢？因为他们可以自由地支配时间，想做什么就做什么。

孩子做事有两种倾向。一种是仿效他们所尊重的人的行为方式；另一种是看到成年人或地位高的人做的一些被孩子视为特权的事，他们会产生强烈的要和这些人并驾齐驱的愿望，这种愿望会激励他们快乐地努力学习，争取上进。这是发自内心的快乐。

孩子得到了心爱的自由，这对他们来说就是一种不小的鼓励。此外，若能再在名誉方面得到满足，孩子的好行为不用父母说，更用不到惩罚就能自然形成。

但要达到这个目的，父母需要学会忍耐、温和、小心谨慎和一定的技巧，使孩子远离不良的榜样，包括仆人和管教不良的孩子，还有其他各种坏人。这些人一方面在孩子面前做出失当的行为，另一方面又把邪恶的享乐和赞誉给予孩子，他们不知道这是在害孩子。

父母免不了对孩子斥责，有时甚至是盛怒呵斥，但时间一长，这种方式如同惩罚，会降低父母在子女心中的威信，减少子女对父母的尊敬。

其实，孩子在很小的时候就能辨别理智和愤怒了。他们尊重凭理智做的事情，自然会鄙视愤怒。愤怒可以一时震慑住他们，但这种情绪很快就会消失，孩子的恐惧感也就随之烟消云散。

父母要清楚一点，从教育方面考虑，惩罚是一种管理方式，不是为了惩罚而惩罚。只有在孩子犯了本质邪恶的错误时，惩罚才能起到管教的作用。再者说，小孩子什么都不懂时，难免犯点儿小错，父母只需说几句就好。

虽然是说几句，但不能话里只含责备，更重要的是说出孩子错在哪里，要怎样改正。不可以一味地批评，甚至用粗俗的字眼，这样不仅不能使孩子改正当时的错误，还会让他们仿效父母，对人说脏话。孩子没有判断力，他们会想父母都说了，自己有什么不可以说的。

说到这里，可能有人会质问，孩子做错了事，父母既不能打又不能骂，那还能拿什么来管教他们？总不能任其发展吧？

其实，只要父母一开始就用正确的方法训练孩子的心理，事情是不会发展到任孩子胡来的地步的。

前面已提到了，如果孩子在挨打之后，只能感受到畏惧和痛苦，那么鞭笞只是父母泄愤的一种方式，并不是管教孩子的手段。因为痛苦会很快消失，孩子对它的记忆也会同时忘却。

当孩子“负隅顽抗”时，父母可以适当地给予鞭笞。但初衷应该是，让孩子感到耻辱和羞愧，而不是痛苦和畏惧，因为自己错误的行为带来的耻辱感才能让孩子刻骨铭心。

我知道有一个上层社会的人，他的孩子最怕被人脱掉鞋子，正如别的孩子畏惧鞭笞一样，我觉得脱掉鞋子这类惩罚比鞭笞好。因为孩子如果害怕羞于犯错和犯错所带来的羞辱，而不是痛苦，则证明他是一个光明磊落的人。

但倔强和顽抗应该用父母的威严、强制力和鞭笞去征服，除此之外别无他法。

无论什么行动，如果你已经吩咐过叫他去做，或者是叫他别去做，你必须让他服从，而且不准告饶，不准反抗。

如果你命令，他反抗，这就变成了一种你们相互斗手腕、争胜负的局面，这时你必须得赢。并且如果使眼色或交谈之后还没有效力，那你就使用鞭笞，否则会纵容孩子公然和你叫板，挑战你的威严，从而变得越来越不服从你的命令。

有一个细心、和蔼的母亲，为了让女儿做一件容易的无关紧要的事情，一连打了她 8 次，才算压住了她的倔强的气焰。

假如这位母亲只打了 7 次，这种不彻底的打法反而会助长女儿的嚣张气焰，使得日后更难矫正过来，这样下去对女儿一生都是有害的。

但这位明智的母亲坚持了下去，直到女儿心服口服。从此，她在女儿的心目中也彻底地树立

了威信，女儿也没有什么不服从了。这是母亲鞭笞女儿的第一次，也是最后一次。

所以，为树立父母的威严，驯服子女的脾气，如果父母真的下手鞭笞了，那就不要因为心疼子女的疼痛而停止，不仅不要停，力度还应逐渐加重，直至达到目的。这样之后，再对待孩子的错误，父母就可以用严肃但又饱含关爱或很和蔼的办法。

不能一刀切，把鞭笞当作万金油，家常便饭式地使用。鞭笞如果不能产生良好的结果，那它自然会产生很大的害处。比如，当使用失当时，鞭笞不会触动孩子的内心，使他顺从，反而使犯事的孩子愈加顽固。

因为过多的惩罚会激起孩子一种斗志，他会用固执的脾气挑战父母的耐性，他知道这样无外乎遭受一顿打，他不怕了，反而很享受这个过程，就像是对父母的一种报复。

其实，正是孩子的过失中掺杂着他们倔强的个性，或者故意的成分，才导致父母和蔼的或严肃的劝诫失效，只能使用严酷的鞭笞来纠正孩子的过失。

如果孩子采取一种有意的、有决心的反抗，那么惩罚的分量不能根据他们犯错误的大小，而应看他们对于父母的命令不敬重、不服从究竟到了什么程度。总之，实施鞭笞的主要目的就是触动孩子的心理，直至激发出他们的忏悔之心、羞耻之心和服从的意愿。

父母对子女能够实施适当的鞭笞的前提是，他们在日常生活中仔细观察了子女的性格，了解了子女的思想动态。一次行之有效的鞭笞不比直接拿着教鞭管束孩子好吗？不比时时使用，却白费力气好吗？孩子每次犯事，父母都胡乱打一通，一旦这个方法失效，还有别的方法可用吗？

比如，一个性情温顺、勤奋用功的孩子查错了《圣经》的索引，或是写诗时错了一两个字，父母就用温和的态度帮他改正错误就好，大可不必施加严酷的鞭笞。

总之，具体问题具体分析，不同孩子犯的错误或同一孩子犯的不同错误，需要区别对待。父母的管教才能在孩子的心理上形成积极的影响，使他走上正轨。

如果孩子犯了无须改正的错误，或孩子这样做本意善良，并无恶意，也没有反抗父母或导师的管束与威信，那么鞭笞是完全没有必要的，只需父母温和的劝告、指导和训诫就够了。

一旦发现孩子反复故意地忽视，证明问题出在心理上，是脾气倔强的缘故，父母应对孩子的顽固心理加以控制，但得使其清楚地确认这是顽固，不是其他错误。

孩子如果有畏惧心理，一般父母给点儿眼色，子女就会停止不好的行为。况且年纪小的孩子肯定不会像年龄大的孩子已具备了优雅的举止和勤奋的品质。

我说过，凡是适于孩子年龄的幼稚举动都应该被许可，父母对此不必加以理会。孩子的本性

就是做事鲁莽和追求快乐，不应该因此受到鞭笞，父母不能把孩子因年龄和气性流露出的品质错当作顽固和有意反抗。

做父母的人要把孩子当作弱者来看待，去帮助他们改正错误。即便经提醒后某种过失可能还会重新出现，也不能认为孩子是有意犯错，把他们当作顽固的孩子对待。

父母要格外重视子女由于意志薄弱所产生的过失，要给他们及时的提醒或温和的指导，但除非这种过失含有故意的成分，父母对此不能斥责得太厉害，要给孩子时间，由他们自己矫正。

这样一来，子女就会明白错在哪里，怎么做又是对的，还有学着怎样避免再次疏忽。也可以帮助子女培养和保持健康的心理和坚定的意志，因为拥有了这些品质才能得到别人的尊重。同时，他们会明白自己虽然犯了错，得到的是父母的关切和帮助，而非愤怒和斥责。

教孩子远离邪恶，孩子在各种年龄段的一般行为应该与自己的年龄相符，与同龄人的行为一致。他们年龄越长越能用心和动脑，但即使孩子变得更有理智，父母的威信也不可丝毫减少，就是何时你吩咐孩子做什么事，他们都能尽力去办。

但我还是主张，为保持亲子间的亲近，父母还是少用权力，少下命令。只要你培养起孩子坚定、正直的意志品质，之后孩子再犯错，父母可以用温和的方式教导一番。

大人要把孩子当作理性动物来对待。对孩子也要讲理，把他们和父母放在同等的地位上，对他们表示尊重，孩子会很高兴的。这就是奖励的一种方式，父母要利用好，把它当作教导孩子的有力工具。

当然，对孩子讲理的前提是，孩子具备了一定的理解力，像一个3岁或7岁的孩子，我们对他们讲理，他们也不会好好听。长篇大论的说教和富有哲学意味的解释充其量使孩子感到惊奇与迷惑而已，并不能给他们以教导。

所以，我说的以理性对待孩子，是指你的举止应该温和，即使惩罚他们，态度也要镇定，要使他们觉得你的惩罚是合理的，对于他们是有益的，而且是必要的。

要让孩子觉得你之所以吩咐或禁止他们去做某件事情，自有其中的道理。其实，应学的德行、应改的过失都可以用道理来说明，只不过说的话要尽量让孩子能理解，多用直白简单的表述，少用晦涩难懂的词语。

像什么责任的基础、是非的根源，连成人都无法正确地理解，那就不要去告诉孩子。此外，要在孩子的思想水平范围内讲一些人之常情和通俗理论。能听得懂的道理才能吸引孩子，进而牢记于心，切实实践。

如果有些过失不能用道理来解决，那就用名誉。也就是说，让孩子形成一种理念，只有行为得体才能得到别人的称赞和喜爱，不当的行为只能引来嘲笑和耻辱。

其实，让孩子接触成功做成某件事或有良好修养的榜样比苦口婆心的教导更为有效。

把孩子熟知的榜样指给他们看，让他们能够观察出受人尊敬的人都有哪些好的行为举止，如果他们也想得到称赞，就会主动更正自身错误，朝着好的方向改进。时间一长，孩子就会将美好与丑陋铭记于心。

利用榜样的力量去教导子女，是一种普遍适用的方法。不论孩子是很小还是长大了，都可以采用。经过一段时间，孩子如果做了什么坏事，一旦看见别人也这样做，就会分外厌恶和惭愧。

再返回来说鞭笞。鞭笞作为一种最终的教导手段，应该在什么时候执行，是犯错误当时吗？应该由谁来实施，是由父母亲自做吗？

关于第一点，我不主张的时候执行，因为父母可能会感情用事，做一些理智不允许的行为。最有可能的就是打的力度过大，伤害到孩子，孩子会认为父母只是因为愤怒才打自己，而不是为了教导自己。

关于第二点，我主张鞭笞的命令由父母发出，但鞭笞可以由别人来执行，父母在旁边监督。这样一来，父母的威信可以维持，孩子因蒙受痛苦的怨恨会转嫁到别人身上。如果父母不得不亲自执行，那就彻底地打一顿，达到教育的目的。

鞭笞是惩罚孩子的方法中最坏的一个，所以也是最后一个。只有在极端的情形下，其他一切比较温和的方法都实验过了，都失败了，才可以采用。

其实，鞭笞的使用次数并不多。从孩子这方面考虑，即使他们偶尔当面违背父母的命令，也不代表他们是顽劣的孩子，只是跟父母多开了几次玩笑。

从父母方面考虑，他们不能将成人的威严凌驾于孩子的自由之上，孩子有些幼稚的行为是正常的，父母可以不去理会，这是遵循孩子天性的发展规律的。

只有孩子做出顽固、邪恶的行为时，才需用鞭笞来对待。所以，只要父母考虑周全，鞭笞是很少用得着的。

当孩子的邪恶倾向出现时，父母该怎么做呢？邪恶一开始出现时，你要向他表示出你的惊愕，万一再出现，凡是孩子身边的人都应给他一点儿严厉的颜色，同时按照对待没有名誉的孩子的办法去待他，务必使他明白自己的过失，感到耻辱和羞愧。一旦孩子能形成这种心理，其他的惩罚就都用不着了，而鞭笞的机会也就没有了。

通常是因为父母对孩子过于纵容，或疏于管教，使他们的行为发展到令人无法容忍的地步，才会去采取鞭笞的方法。

如果父母细心观察，在邪恶的萌芽阶段就开始重视它，并用温和的方法，就能帮助孩子逐步矫正错误，铲除恶习。

相反，如果父母一味纵容孩子的小错误，任坏习惯滋生蔓延，当它们根深蒂固时，便积重难返了，父母以十倍精力去挽救，也可能收效甚微。

坚持实施这个方法，父母和孩子双方就都可以省去烦琐的训诫和理清各种规则的麻烦。

对于孩子还未做出的邪恶的行为，父母没必要加以禁止。因为孩子本来不知道有这种邪恶的行为，但经父母这么一强调，可能会做出这种行为。相比之下，孩子不知道这种过失时反而更加安全。

阻碍这种过失的最好方法是，在具有邪恶倾向的萌芽期，父母要立即表示出一种惊愕的态度。

譬如孩子第一次说了谎，或是做出了恶作剧，最初的医治方法就是把它当作一件奇怪、可怕的事情，说想不到他居然会做出这种事情，以这样的方式让孩子自感耻辱和羞愧，从而停止邪恶的举止。

用羞辱和赞誉的温和的方法使孩子改正错误，那是不是对所有孩子都有效果呢？尤其在学习方面，是不是父母有理的劝诫就能让他们乖乖地去学习呢？

对于这些，有人会持怀疑态度，因为他身边有些孩子就是不吃这一套，父母只能实施鞭笞。但问题没有这么简单，这样的情形不应全都归咎于孩子。

你想想，为什么孩子学拉丁文和希腊文时需要教鞭的驱使，而学法文和意大利文却用不着呢？有时孩子学跳舞、学击剑都不要鞭笞，甚至学数学和画画他们自己也能很用功，用不着鞭策。这不得不令人怀疑，是不是学校里教授的内容和授课方法不适合孩子呢？

一个巴掌拍不响，学校方面肯定得承担责任，那么有的孩子必须鞭笞才能学习的假设就被推翻了。

即使有些孩子生性懒惰，我主张的温和的方法在他们身上不奏效，但也不能以偏概全，非得认为只有鞭笞才是最好的管理方法。

我这里要提醒一下，温和的方法要实施得彻底，父母不能在孩子教育方面急于求成，反而忽视客观规律。彻底实施后，如果孩子还是老样子，那就用鞭笞来矫正他的顽固。

比如就说读书这件事，父母已经反复地、严厉地督促孩子去做了，如果他们还是无动于衷，那么父母就实施彻底的鞭笞，不能每次犯错都打两下，以威吓逼迫他们学习是一种短视的行为。

父母一边鞭答，一边讲道理，时刻观察孩子的表情、语言，如果只表现出痛苦和怨恨，说明还没达到效果，只有看出了耻辱和羞愧，鞭答方可停止。

只有触动心灵、改变顽固心理的鞭答才是一种正确的管教方法。否则，鞭答不像是父母对孩子的爱护，反而像是父母的一次泄愤。孩子也会对父母产生怨恨和憎恶的情绪。邪恶的行为不仅不会减少，反而会次数增加，程度加深。

老师的重要性及要求

如果家里的导师能以父亲的姿态承担起做父亲的责任，彻底地施用以上讲的种种合理方法，他会比较容易地得到教育成果。你的子女也能在学习和礼仪方面取得意外的成就。

不过，导师是不能随便实施鞭答的，实施前必须得到你的许可，实施时你也必须在一旁监督。

毕竟是把孩子交到一个陌生人手中，你最起码得了解他的为人，看看是不是细心谨慎。如果他人品低劣，请他用作何用？

父母一旦认定合适的导师，就要对导师表示出尊敬，这样导师在孩子心目中就是一个伟大的形象，导师才有威信可言。如果父母表示出轻视，那子女也一定认为这个人不值得尊重，纵使这位导师有卓越的才华，在子女看来也只是花拳绣腿，对于导师的吩咐，他更不会去服从。

前面提到过，为子女树立榜样是教育良方。所以，要想使子女尊敬导师，父母就以身作则尊敬导师，导师要想学生品德高尚，导师就以身作则，做高尚的行为。

导师自己如果任情任性，那么引导孩子克制感情便是白费力气；导师自己行为邪恶，举止无礼，则孩子的行为也不会高尚。

好习惯养成不容易，坏习惯一学就会，所以父母应该留心，让子女远离不良榜样，尤其是仆人。但不可采取禁止的方式，因为你越禁止，孩子反而越想去接近。

其实，教育过程中有一条需要好好遵守但却难以做到的规则，就是从子女在刚会说话的时候起，身边必须有一个细心、耐心、有爱心的人，他的责任就是让孩子走上正轨，不让他们接受任何不良的伴侣。

但这样高素质的导师不好找，即使有也需用高薪聘请。至于在这方面的花销，提醒父母不要因眼前的失去而忽视长远的利益。把钱投资在孩子的未来上绝对是非常明智的选择。子女拥有了坚定的意志品质和高尚的道德情操，即使暂时没有良田美玉，也无碍于过有意义的、成功的人生。

让孩子财产丰裕而精神贫乏，不是教导好他们，而是毁灭他们的人生。有些人不吝惜金钱，让孩子从小过奢靡的生活，穿得好，吃得好，住得舒适，一大堆仆人嘘寒问暖，而对于孩子犯的错却一味纵容，哪怕是一些邪恶的错误。我认为这样做的父母只是为了满足自己的虚荣心，是为了夸耀自己，而不是真正为子女考虑。

只要你为子女的精神方面付出，即使没给他们多少财产，也是真正地爱护子女。

一个聪敏、善良的人是幸福和伟大的；一个愚蠢或邪恶的人，无论他拥有多少财产都是卑微和平庸的。所以，你的教育极大地决定着子女未来的幸福。

要找到德行兼备的导师很难，他需具有一定的年龄和经验，以及良好的德行和较高的能力。随便找一个导师得承担误导孩子的风险，所以父母要留出时间和精力去寻找合适的导师。

蒙旦在他的一篇文章中提到过，蒙旦的父亲正在为蒙旦聘请一位导师，苦于找不到合适的人，可这时博学的卡赛特利阿为解除饥饿的痛苦，不得不在巴塞尔去制木食盘，卡赛特利阿肯定希望接受这种聘请，但他们之间无法沟通信息。

做什么事都是不容易的，要想找一位理想的导师你就不要怕操心，怕花钱。

假如你能找到一位好导师，你绝不会后悔付出的金钱和时间。子女拥有的良好品行会证明你的花费是值得的。

父母要把为孩子选导师当作为孩子择偶一般重视。

首先，你不应该持有试一试的心态，想着不好了再去换。因为这种试试的方法使孩子接受断断续续的教育，始终得不到什么真正的东西。其次，一个只具有良好的声誉、丰富的学识的人还不够格当导师。最后请导师时你不可凭信友谊，或受夸大其词的介绍所迷惑。

总之，父母在为孩子选导师时，一定要谨慎行事。

一般导师是不称职的，他们对自己的职责不够清楚，父母更不清楚，以为让导师教孩子文化知识就行了。针对以上情形，大家可能会同意我的说法，好导师不容易找，导师得有丰富的素养和良好的修养，否则教育的目的是不能够达到的。

前面提到了，大家都希望导师学风严谨、学识丰富，但导师仅把自己学来的拉丁文和逻辑等知识灌输给学生还是不够的，这种装饰还不能使他变成一个优雅的绅士，或者是拥有真正的德行与豁达的胸怀。

把子女培养成父母理想中的青年绅士，需要拥有良好德行的导师进行行为示范，无论什么时候都言行得当，然后要求孩子也要遵守良好举止的要求。

这是一种技巧，不是教得好，或从书本上就能学到的。根本途径是实践，所以，导师得多给孩子提供锻炼的机会。

孩子的衣服也许可以由裁缝做得很合适，孩子的动作也许可以由舞蹈老师教得很得当，这些事情固然能使他显得很体面，却没有一样能够使他变成一个修养良好的绅士，即使还有其他知识装饰也不够。相反，这些知识会让他更加自大和傲慢。

孩子要想获得别人的尊重和称赞，必须具有良好的礼仪。没有礼仪，其他一切只会让人把孩子看成自大、无用或愚蠢的人。

没有礼仪，无论什么美德都会走样，胆量会变成野蛮，学问会变成迂腐，才智会变成滑稽，直率会变成粗俗，温和会变成谄媚，即使学问和才能得到了一定的称赞，但子女还是得不到别人的欢迎。

只有经过打磨的钻石才能对人有用并且得到青睐。如果加以镶嵌，它们就更加光彩夺目。相比之下，美德就是一种宝藏，良好的礼仪使它们焕发光彩。要想受到大家的欢迎，子女的行为不仅要充满力量，还要动作优雅。坚实是不够的，就是有用也无济于事。

总之优雅的态度才能让子女行为得体，从而得到别人的称赞。

因为大家满意或厌恶的情绪取决于你做事的态度，而不是你做了什么。

懂礼仪，不单单指见了人要脱帽问好，而是在当时的情形下，自然大方而不失优雅发自内心的动作，包括一切言谈举止。

懂礼仪的好习惯只有经过实践才能学到，所以父母在这方面要及早着手，以免孩子为此而烦恼。当他在有导师管教时便应该学点儿礼仪，因为没礼貌的坏习惯学来简单，改掉困难。

子女在别人面前圆熟自然的举止应该就像技艺高超的音乐家一样，指端所触无不成调，不必用心，也不必思索。如果一个人在交往时老是担心着自己某一部分的行为，那么他难免会矫揉造作，做出失礼的事情。

礼仪最需要由导师亲自去照料，因为礼仪方面的错误别人会先注意到，但本人往往是吃了苦头之后才知道的。人们对这种错误是厌恶的，而且喜欢对此议论，还往往在犯错者背后言谈，这样的话，犯错者的品质会被嘲笑，也不能从别人的评判中得以进步。

其实，就算是朋友间希望对方改正错误时，也常常不敢告诉心爱的朋友，指出他们在礼仪方面犯了什么错误。

或许，在其他事情上犯下的错误，大家还可以客客气气地告诉对方，这样也是无损友谊的。

唯有礼仪方面的错误，根本就不能提，哪怕是暗示别人。而有权指出这种事情的只有管束他们的人。况且成人之后，孩子在礼仪方面的错误很少有人能指出。

所以，导师要集中精力去培养孩子的礼仪，在孩子离开他之前尽量使他在一切举止上养成一种习惯性的、优雅的态度。当以后他没有心情去接受，或是没合适的人去教他的时候，他在礼仪方面完全可以听取别人的劝告。要实现这一目标，导师要做出好的行为示范，娴于礼仪。

拥有优雅的礼仪，孩子将会受益匪浅。凭这一点，他可以吸引很多朋友，从而使成功的路子变宽，在事业上会取得不错的发展。单凭厚厚的百科全书，孩子是不能得到这些好处的。这并不是说可以忽视知识，不过不可把它们看得比礼仪更重要，或直接把礼仪排挤掉。

导师除了应该娴熟礼仪以外，还应该深谙人情世故。

首先，他应该懂得怎么去辨别别人的人品。学生到了能懂得这些事情的时候，导师就要教他们识人之道，把各色人等的特点介绍给学生，让他们学会透过现象看本质。

如果不进行这方面的教育，孩子就会不分黑白，以貌取人，自己只在乎外表，没有别人的劝解，就不知努力。

其次，导师应该教导学生，对某些人的图谋要知道猜度，知道防备。青年人的本性最容易趋于极端，因此导师要教导他们，对人不可过于多疑，也不可过于相信。

最后，人们经常从小事情上暴露出内心状况和本来面目。导师要教会学生养成细心观察的习惯，从细微的迹象出发，对别人进行正确的判断。好人和坏人，聪明人和傻子，有着本质的区别，导师要教会孩子熟悉人世的真实情况。

这样一来，孩子在渐渐成人和逐步进入社会的过程中经历的是一次蜕变，父母要特别小心地帮助孩子渡过这一关。不可像现在的情形一样，让孩子离开导师的指导，只身闯社会，无法避免堕落的危险。很多青年人正是由于缺乏严格的教育，变得骄淫放荡无所不为了。

缺少对人情世故的必要了解，对世间的真实状况又全然不知，青年人一旦进入社会，就发现世间的情形和导师所教的理想状况完全不一样，他们就会怀疑自己所受到的教育。

原来以前的管束和教训全是教育的一种形式，只不过为了拘束孩子，但凡成人了，就拥有了自由，他们以前被禁止去享受的事物，现在可以尽量地自由享受了。

涉世未深的青年人在各种诱惑面前，会把持不住的。他们为表明自己是一个成年人，于是过起了放荡的、不规则的生活，以前导师教给的良好德行全然不顾了。

预防这种弊端的最好方法就是，在进入社会之前，导师就把社会的真实情况告诉他，尤其是社会的黑暗面。告诉他社会上总有一种专门利用别人、居心叵测的坏人。然后指导他怎么对

付这样的人，怎么识破他们的计谋。

此外，还应告诉孩子一些深受其害的青年人的悲惨遭遇，使他引以为鉴。警告他只有拥有名誉的人才前途，一旦名誉扫地，便会遭人鄙视，贫困潦倒。

到了这种地步，误入歧途的青年才会错误地认为导师的谆谆教导只是用来约束小孩子的，认为成人了就该舍弃理智上的主张，完全随自己的意愿行事。

这种错上加错最后积重难返的惨痛教训，导师应该在孩子懂得这些事的时候随时提醒孩子，使他信服。

但小孩子是很容易受影响的，当你把邪恶的事情告诉他时，可能是在教他去做邪恶的事。所以，孩子需要一位小心谨慎的导师。

首先，他懂得人情世故。其次，他要观察并判断出孩子的心性、倾向和弱点。选择合适的案例，利用合适的方式，做出正确的警醒。但绝不能为防止孩子学坏，一点儿社会上的事都不讲，那么孩子就永远也长不大，永远无法在社会上立足。一旦走进社会，反而更容易成为受伤的羔羊。

一个人越是单纯就越没有防备，也就越容易成为狩猎的对象，而在人世的唯一防备，就是让孩子彻底懂得人情世故。

青年人应该在他的心理上准备好后，逐步走进社会，越早越好，这样才能慢慢锻炼他们人情练达的能力。

毫无疑问，身处社会，孩子会为来自形形色色的人、各种小团体的危险所裹挟。所以，导师应提前让孩子知道有哪些危险和应对危险的方法。

比如，什么人会欺骗自己，什么人会陷害自己，什么人可以推心置腹，最重要的是怎么去辨别他们，认清他们的真面目。此外，还要知道，什么地方就是让人看见的，什么时候对于别人的目的和图谋装作不知道。

如果孩子对这种教育方式怀疑，那么不妨让他因此吃一点儿苦，只是不能损害他的清白和名誉，仅仅是为了教导他凡事要加倍小心。

社会是一本大书，里面的智慧不是从学校的课本中就能学到的，它需要孩子接触各种各样的人，处理各种各样的事，细心观察，积累经验的。

所以，孩子到了一定的年纪，我们要利用一切机会把它教给青年人，以免他们日后进入社会，不至于像迷失了指南针或地图的航海家一样，而是事先注意到了暗礁、浅滩、急流和流沙的所在，并且懂得一点儿驾驶技术，这样他们在获得经验以前便不致遭遇灭顶之灾。

只教给孩子如何学希腊文和拉丁文，或教给他们物理学和玄学，不能帮助孩子正确认识社会人，也不能帮助孩子怎么聪敏地和别人相处。而书本不能提供的知识，正是孩子进入社会必须具备的技巧。

所以，一个绅士与其做一个良好的逍遥学派或笛卡儿学派的学者，远不如娴熟希腊、罗马的作家，因为那些古代的作家对人类的观察与描写很成功。一个没有德行、不懂人情世故的人绝不会实现人生价值或有一番成就。

较之孩子成长真正需要的东西，现在欧洲学校时兴的学问和教育上的照例文章大部分都是不必要的，也就是说，即使不学这些，对孩子将来的事业也没有妨碍。

但沉稳和良好的礼仪却是人生必不可少的。

许多青年人在社会上遭遇困难，不受欢迎，都因为缺少礼仪，也因为这个缘故，他们刚入世时，遇到和理想中不一样的情形，就会显得生疏、笨拙。

本来这些品行都应该有人去教导，尤其最应该得到导师的帮助，但可能学这方面不能带来像学了一首诗就能背一首诗这样的现实效果，因此大家常常忽视它们，把它们看成教师职责中的小事，或者认为不是导师分内的事。

无论父母还是学校，好像都用拉丁文、希腊文或其他知识让孩子哗众取宠，而根本不把一个绅士所应当精通的事情放在眼里。绅士需要的是事业家的知识，合乎他的地位的举止，同时努力使自己成为国内著名的和有益于国家的人物。

如果一个人学有余力，想在自己的专业上继续深造钻研，并且找到了努力的方向，那就去追求自己想要的生活，总有一天你能生活在你的梦想和愿望中。在前进的道路上，他最好找一位有本领、有经验的导师，当遇到困难时，有人耐心地给予指导。

这个导师不必是上知天文下知地理的全才，也不必对你从事的专业有多透彻的见解。因为成功全靠自身的努力和勤奋，世上没有哪一个伟人是在导师的管教下而享誉世界的。

导师重大的责任在于培养学生的绅士风度，形成学生健康的心理；在于使学生养成良好的习惯，遵循高尚德行和智慧的原则；在于逐渐将真实的社会展现给学生；还在于使学生喜欢并模仿优秀的人的行为，当他们自己这样做的时候，给他力量和鼓励。

培养孩子为了目标勤奋努力，不畏艰苦的品质时，导师要注意训诫孩子用功学习，免得他游手好闲，习得坏习惯。

没有人愿意孩子在导师的管束之下成为一个有成就的批评家、演说家或逻辑家，或愿意他深入钻研玄学、自然哲学，或者成为历史学、年代学的大师。对于这些方面的知识，导师让孩

子涉猎一点儿就好，不必过于深入。相比之下，关于人情世故的知识、德行，孩子还是应该多多接受，从而培养自己从容应对社会中的人和事的能力。

孩子的精力是有限的，我们不能奢望他们什么事情都学到，所以孩子最大的精力应该用来学习最重要的事情。

辛尼加曾批评过他那个时代的相反的做法，但是那个时候却不像现在，Burgersdiciuse 和 Scheibler 到处都是。

假如辛尼加生在现在，看见一般导师以为自己的最大任务就是把各种文化知识塞满孩子的作业和大脑，不知道他会有什么感想。

他一定更有理由支持他的看法，我们不是教他们生活，而是教他们学问，也就是我们学习，不是为了生活，而是为了辩论；我们受的教育只能把我们留在学校，而不能使我们适应社会。

这种风气大行其道，却没能很好地符合孩子的需要，反而支持了制造这种风气的人的行为。况且风气一旦形成，大多数人的理智就会为这种现象所迷惑，很少有人去怀疑，即使有人质疑，别人反而可能把他们当作傻瓜，批判他们散布异端邪说。

一般人可能容易被这些居心叵测的人利用，悲哀的是，高素质和好修养的人也会相信这种教育方法。

只有用自己的理智考虑问题的人才知道孩子真正应该学的东西是什么，至于浪费孩子的时间和精力学的一些花里胡哨的知识最终会被遗忘，对孩子的成长毫无益处。

孩子如果在大庭广众面前用自己的知识哗众取宠，而不是做出优雅的行为举止，必定会贻笑大方，得不到别人的尊重，这绝不能说达到了教育的目的。

此外，还有一个理由，娴于礼仪和人情世故是一个导师所应该具有的能力，因为一个有能力而又上了年纪的人，即使他对某种学科没有多少心得，但他还是可以指导学生学得相当深入。学习方面的问题可以通过相关的课本来解决，但他如果对于人情世故是一个外行，他是无论如何都不能使孩子明白人情世故、娴于礼仪的。

在人情世故和礼仪方面，导师可以通过与人交际，或者参照上层人士所实行、所容许的礼仪，经过长期锻炼，使这种知识成为他自己的一部分。

这种知识只能通过实践获得，不管书籍上叙述的英国绅士如何有礼貌，导师自己都不可能学到。

如果导师自己都不注重礼仪，首先，学生无法习得良好的礼仪；其次，导师的不良榜样会毁掉他的全部教诲。因为一个从粗野的、没有良好教养的伴侣中间长大的人绝不能够变成一个举止优雅的人。

前面也提到过，德才兼备的导师不好找，所以，在这方面，父母要做好心理准备，不惜金钱

和时间，找到中意的人选。当然，孩子有了导师后，父母不能什么都不管了，父母还得有意地观察，看看导师平时都给孩子讲些什么东西。

还有，当子女由自己照顾时，父母要注意不要做一些低俗的行为，说一些粗俗的话。

最后值得提醒的是，不要过于看重拉丁文、希腊文或哲学知识，要懂得分清主次。

父亲的正确教子方法及和谐关系

我虽然说过教育孩子的主要工具是利用父亲的威严，使孩子懂得畏惧，但这并不是说在孩子当学生受管教的时期，这种方法应该永远使用，毫不改变。

其实，只要孩子到了一定的年纪，知道行事该小心谨慎，而且行为良好的时候，这种管教方法可以适当放松；而且随着子女年龄的增长，能够和他亲近的时候，父亲要多找机会和子女交流，甚至针对某些事来征求子女的意见。这样做一举两得。

第一，可以鼓励子女积极思考。

你越是把他们当成一个成人来看待，他们便越能及早变成一个成人，当你认真地和子女谈论时，你便在无形中把他们的心理素质提高了，使他们不再满足于青年人所喜好的一般娱乐，不再把精力浪费在一些小事上了。

如果因为父母对子女的态度很疏远，甚至轻视他们，那么子女不会得到锻炼的机会，行事总像小学生。

第二，增进父子之间的友谊。

有许多做父亲的人会随着儿子年龄的增长对儿子更加宽容，但他们不愿意跟儿子讲自己的心事，就好像不把国家的秘密泄露给敌人或侦探一样。这种态度绝不是父亲对儿子所应有的和蔼亲切的表现，反而会使儿子产生一种距离感，减少和父亲交谈时应有的愉快和满足。

还是有好多做父亲的人非常爱自己的儿子，可在儿子面前总保持着威严，不和他们亲近，好像自己在世的时候绝不能够从他们心爱的儿子身上得到任何快乐或安慰似的。

直接地、毫无保留地交谈是表达对对方信任的一种方式，有了信任，彼此间才能够建立起友谊与善意。缺少这一点，父子之间会一直存在隔阂。

只要父亲和子女坦白地交流，子女就会认为父亲让自己参与他们的事情，那时子女便会很关心父亲，如同关心自己一样，会更加爱父亲。

这样一来，子女会更理解父亲，知道父亲做什么事情都是对家庭考虑的。同时，他们会感到，有这样一个谨慎的父亲，替他照管一切，实在是自己的幸福。而且，他会慢慢地把父亲当作自己的好朋友。青年人有一个可靠的朋友，对他们一生都有益。

如果父亲对儿子过于冷淡，过于疏远，这常常会使他们的儿子得不到保护。如果你的儿子要追求一些快乐，他做的时候，与其全部让你知道，还不如让你知道一点儿的好。因为青年人的本性就是追求快乐。当你对他们的意图知道越多，那你便越有能力去防止重大的过失。

事情都是相互的，父亲想让孩子对自己开诚布公，那么父亲应先这样对待他们，用自己坦诚的态度去取得他们的信赖。

当子女向父亲请教什么事情时，只要那件事不至于产生致命的、不可挽回的后果，父亲就可以以一个经验丰富的朋友的身份发表看法，不可以用命令的方式，而是把子女看成和自己平等的人。否则，从此以后，他们再也不会向你求教，也不会得到你指导的好处。

父亲应该从青年人的角度出发，了解子女有父亲年轻时想要的快乐与欢笑。你不应该希望他在 20 岁的时候拥有你在 50 岁的思想。你所能希望的是，青年人应该拥有自由，可以稍微放纵一点儿，通过子女的理智与父亲的管教不致产生十分重大的害处。

达到这个方法的方法是当子女到了一定的年纪，父亲可以推心置腹地和他交谈自己的事情，把问题亲切地告诉他，征求他的意见。如果他的意见正确，你便照着他所说的去做，如果做成功了，他应该得到你的称赞。

这种方法不仅不会降低你的威严，反而会使子女更加爱你，更加尊重你。因为你已经成为他的好朋友。

亲切的交谈不仅适用于父子间，也适用于师生间。

师生相处时，导师不能以管理者的姿态吩咐学生遵守这遵守那。导师也要听听学生的意见，需要学生做事情之前，需让他习惯先用理智去想一想。这样一来，规则就更容易被接受，学生也就会乐于读书、乐于受教了。

学生看见自己所说出道理，居然也有人赞成，也有人听取，他就会因此得到信任和快乐，从而开始重视知识。

但是关于道德和礼仪方面的事情，导师应该把事例告诉学生，让学生自己判断。学生如果对事例发表过自己的意见并且能和导师一起加以论证，那么他对于道德和礼仪的标准必定懂得更加透彻。

这种方法能启发孩子的悟性，而一遍又一遍的说教只会让孩子对此更加厌烦，不会将规则牢

记在心，更不会去践行。

至于遇到任何问题，就去吹毛求疵地从逻辑上理论一番，也无济于事。

这两种方法都是错误的。首先，把思想浪费在虚伪上面，而不是用于研究真理。其次，教人狂妄与斗嘴。这两者都会破坏判断能力，使人偏离正当而又公平的推理思路。

要想改正错误提升自己，以上两种方法都应该设法避免。

教育子女时，一方面父亲要树立威信，就是使子女知道，他们得依靠父母，得在父母的管教下成长；如果子女顽固地坚持你禁止过的坏行为，尤其是说谎，你就得始终用严厉的态度去对待他，使他产生一种必要的畏惧心理。

另一方面，父亲要给子女充分的自由，让他们尽情地享受这个年龄本该有的快乐，对他们幼稚天真的行为采取宽容的态度，使子女在你面前不受到约束。

父亲要把子女看成自己的朋友，宽容他们，爱怜他们，尤其当他们把事情做得很好时，父亲要鼓励他们，向他们表示亲热，使子女知道你在照顾他们，爱他们。慢慢地子女便对父亲产生了敬仰之情，以后应当小心地永远把它保持下去。

父母有效管教子女的原则就是，子女对父母的爱与畏都应加以保持。只有这样父母才能帮助子女不致脱离正轨，而是走上重道德与爱名誉的大道。

当子女的爱与畏的心理基础形成后，父母就要仔细去考查他们的气性和心理特征。

但不管子女的气质如何，顽固和不良的行为都是决不容许的。所以，父母要小心观察，在邪恶的萌芽期就得将它们扼杀。

父母要在子女有认知的时候就去建立威信，用你的威信影响子女的心理，使尊重父母的威严成为子女的一种习惯。

这样一来，子女对父母的敬仰之情就能尽早建立起来，在他们的心目中便成了神圣不可侵犯的，他们很难去反抗它。所以，当子女有不良的行为倾向时，父母只需要温和地运用威信，使子女感到羞愧从而纠正过失（只有子女犯顽固的、邪恶的错误时，父母才需要斥责或鞭笞）。

要想对症下药，父母还得充分考虑子女的天性。

有些人生来温顺，有些人生来倔强，有些人生来自信，有些人生来谦逊，有些人生来敏捷，有些人生来迟钝。心理构造和气质因人而异，但在孩子还没有学会隐瞒自己的弱点，还不知道装模作样掩盖自己的不良倾向时，最容易看明白。

所以，父母要在子女儿时就应该充分全面地掌握他们的气性。

比如，你可以在他们玩耍时仔细地去观察。看他们是强悍还是温柔，是勇敢还是害羞，是开

朗还是内向。这些性格都是父母应该掌握的，因为你得按照他们的性格来实施管教，是温和地讲道理还是严厉训斥，并通过实践摸索出技巧，来达到事半功倍的效果。

父母尽早了解子女的气性还有一个好处，就是他们长大成人后，情况变复杂，即使学会了粉饰自己的行为，但你还是能看透他们的心思，知道他们的目的是什么。

我曾反复强调过，孩子喜欢自由，只要他们不做邪恶的事，父母尽量不要以成人的威严指挥孩子做什么或不做什么，把时间还给孩子。其实，孩子还特别喜欢另一件事，那就是控制，这恰恰是大多数邪恶的习惯的根源。这种爱好权力的特征表现为以下两方面。

第一，孩子差不多从刚生下来开始，凡事不合自己的意愿，就会哭泣、使性子、不高兴。孩子想左右身边的人随时服从他们，尤其是对于年龄或地位和他们相近的人，他们一到能按这些区别去看人的时候就会如此。

第二，孩子爱把东西据为己有。首先，他们觉得占有可以得到权力；其次，他们拥有了随意分配物品的权力。

凡是对孩子细心观察的父母都能发现以上两种情感，而这两种情感最容易造成生活中以强欺弱的不公平现象，同时使孩子变成自大无礼的人。要防止这样的局面出现，父母要注意以下几点。

第一，孩子恳求的东西，尤其是他们哭着要求的东西，绝对不可以让他们得到。但这并不是说孩子不能向父母提出任何要求。我不会提倡压抑孩子精神的方法，况且父子之间、母女之间本就该是彼此亲昵的。所以，下面我将详细解释我的方法。

首先，孩子可以自由地向父母说明自己有什么需要，同时父母要以尊重和善的态度听取他们的表述，供给他们的需要。但是，说“我饿了”是一回事，说“我要吃烤肉”又是另一回事。

也就是说，父母和其他在孩子身边的人有责任去解除孩子因饥饿、寒冷或其他原因导致的痛苦。但是解除的方式由父母决定，不能任由孩子去选择，说“我要喝酒”，或者说“我要吃面包”，只要他们提出了这些要求，那他们便应失去这些东西。

荷累斯有一句诗：“有些事物得不到就会使人感到痛苦。”

孩子向父母提出的要求就是为了解除痛苦，但这种痛苦可能是由嗜好引起的，也可能是由自然需求引起的。

自然的需求，如疾病、饥饿、寒冷、干渴、失眠，或是过度劳累，这种痛苦是人人都能感觉到的，尤其是没有别的帮助的时候，理智没有力量单独抗拒它。对此，我们应该用适当的方法去消除它们。虽然我们在时间上耽误一点点，也不致发生不可救药的伤害，最初对待它们不可焦躁或性急。

自然的需求所产生的痛苦就是一种警告，让我们当心后面更大的危害，所以这种痛苦应该引起我们的重视。那么，如何预防或减少这类痛苦呢？

父母要帮助孩子锻炼身体，身体强壮了，免疫力增强了，从而抵御疾病和其他威胁的能力提高了。

话说回来，子女自然的需求无论如何都应该得到满足，嗜好的需求却不能满足，甚至他们都不应该提，只要一提到，他们就该失去这些东西。

比如，子女需要衣服的时候，你就给他们衣服，不过当他们提出想要特殊的布料或颜色时，你就一口拒绝，不让他们得到。

这并不是说，父母非得在无关紧要的事情上和子女作对，而是为了不让子女通过满足自己的嗜好才能得到快乐。再者说，想吃什么好吃的，或想穿什么衣服，看似是小事，但长期下去会不自主地培养出孩子娇生惯养的品性。所以，从长远来看，父母还需对子女的请求加以约束。

天生慈爱的父母可能以严酷为由反对这种方法，但其实这种方法是一举两得。

第一，我提倡在教育过程中废除鞭笞，而这种限制子女说话的办法恰恰有助于帮助他们形成对父母的畏惧之心和敬仰之心。

第二，它可使孩子养成克己复礼的品质，学会控制自己的欲望。当欲望在萌芽时期，子女靠自己就能把它消灭。

欲望一旦无限膨胀，就会害人害己，为防止恶果产生，孩子应尽早习惯运用理智处理问题，尤其是对理智所不容许的欲望。

孩子一旦获得了这种习惯，在说话以前就能够想想这话该不该说，这在日后关系重大的事情上面，他们会受益匪浅。

我也反复强调，孩子所爱好的每一个动作，不管事情的性质如何，大小怎样，我们首先要考虑，它将对孩子的心理产生怎样影响。

它会使孩子养成怎样的习惯，要看它在子女长大以后，对他们还合不合适，对他们又会产生怎样的影响。

由此可见，我的意思并不是故意要把孩子弄得不舒服。这种残酷、恶毒的行为不仅会让孩子吃苦，还会让孩子效仿。

父母要帮助孩子，让身体多适应劳苦，让精神习惯于克制欲望。

当他们恳求的东西得不到时，就可以使他们学会谦逊与忍耐。然后，当他们不得到自己心爱的事物依旧心满意足时，父母可以适当地运用子女中意的东西去奖励他们。但注意，这种奖励应该作为他们的理智行为的结果，不可作为一种交换条件。

这样做的目的，一方面，希望子女继续保持这种美德；另一方面，会让子女感到父母这样做是为自己着想。

其次，子女不能从别人那里得到你不肯给予的东西，否则你的努力不仅白费而且还会失去他们对你的爱与信仰。所以，父母要格外注意家里的仆人。

如果子女从小就这样训练，那他们就能尽早养成运用理智克制自己的好习惯。随着他们年龄的增长，他们就会自然而然地利用理智去斟酌事情而非感情用事。

当子女要某件东西时，除非那件东西是你先去向他们提起的，否则，你绝不可以听他们的话。但为了鼓励孩子的好奇心，当他们想知道某件事情或追问某个消息时，你应该听取他们的问题，并和善地答复他们。

消遣与工作或食物是同等重要的。所以，子女提出想要放松的要求时，父母应认真听取只要这些消遣是正当的，没什么害处，并给子女自由让他们按自己喜欢的方式完成喜欢做的事情。

但一定要注意，当子女在做有益的事情时，要留点余味让他们离开，至少要在没感到疲倦以前就放手。这样他们下次再做时才会快快乐乐。

至于这个度的把握，这需要父母和导师细心观察，认真仔细斟酌。

让子女在消遣方面得到自由，父母还能由此看出孩子的本性，发现他们的才能和爱好，这可以指导贤明的父母帮助子女选择生活的途径和未来的事业。同时，也可以及时地补救子女性格中的弱点。

孩子在一起的时候总爱互相争斗，爱以自己的想法去支配别人，对此，父母要教导孩子，只有谦逊、温和、有礼貌的人才能得到别人的重视与尊敬，自己的地位不仅不会动摇，反而会得到提升。

此外，首先发起这种竞争的孩子要接受惩罚。孩子考虑到这一利一弊，就会趋于变得有礼貌、懂谦让，而不喜欢无理地控制别人了。

孩子们在争斗时一方可能会遭到另一方的讽刺与嘲笑，面对这种情形，如果受害者对此不以为然，当时能够忍耐下去，慢慢地他就能锻炼出忍耐的品质。诉苦是一种精神懦弱的表现，这也是为什么日本人那么重视“忍术”的原因。

既然这种争斗对孩子造成了伤害，那么父母就应该采取措施加以制止。

如果这种事情你亲眼看到了，你要当着受害者的面对犯事的孩子进行训斥；如果你是事后才知道，那就先对犯事的孩子单独训斥，然后叫他去向受害者道歉。

在这个的过程中，犯事的孩子必须是自愿地、乐意地道歉，而受害者是比较宽容地和善地接受。这样，纠结解决了，也增进了两人之间的友谊，每个孩子会锻炼得更加有礼貌。

关于得到与分享父母要教孩子把自己所有的东西，大方地分给朋友，并告诉他们，最富有的人总是最慷慨的人，而且还可以得到别人的敬重与称赞。

贪婪是万恶之源，应当及早小心地加以铲除。而给予是美德之根，应该提供温暖的土壤，加以培植。

关于给予这一品质的培养，可以采用我一直都很提倡的“称赞法”，鼓励他保持这种美德。同时，父母还应留意，不要使孩子因慷慨遭受什么损失。

其实，每次他们做了好事之后都应该得到不错的报酬。

总之，你要让他知道，他对人表示慷慨，自己不会吃亏，还会得到别人的尊重和称赞。

为了得到称赞，孩子们会把慷慨当作竞争目标，经过不断地练习，孩子会养成善良的品质，把与人为善视为一种快乐。

既然慷慨大度是值得提倡的，并且子女可以因此受益终生，那么，当子女有侵犯公道的举动时，父母应当加以纠正，必要时应该严厉地斥责。

孩子年幼时心智不健全，不知理智和反省为何物。因此，他们做事时常常容易离开是非的正当标准。孩子越容易弄错这种标准，父母对他们的防范就越应严格。

他们对于重要的社会德行，哪怕是在小节上犯了错，都应加以注意，加以纠正才行，就是最轻微、最无关紧要的事情也一样，因为千里之堤毁于蚁穴。这样一来，即可以弥补他们的无知，万事总得提防着点儿。

那么，父母具体应该怎样管教子女呢？下面是几点建议。

首先，孩子第一次表现出邪恶倾向的时候，父母和导师就要表现出惊愕。

其次，在孩子不明白所有权的意义之前，他就不会明白何为公道。所以，这时你无须浪费精力给他讲财产、讲分配，而是及早地培养孩子慷慨大方的品质，学会把自己的东西分享给伙伴。等到他们长大，理解力提高后，再把关于公道的规则和权利的问题告诉他们。

子女如果做了霸道的事情，又无视父母的责备，依然倔强地做相同的事，那么父母或导师就

该采取比较粗鲁的方式来对付他们，这种方法就是父母或导师剥夺子女的心爱之物，从而使他们明白，即使把别人的东西据为己有，他们自己也得不到什么好处，更何况这世界上还有比他们强有力的人。

最好能让子女为自己的所作所为感到耻辱，并且厌恶这种行为，以后才不会继续做坏事。

正确应对孩子的爱好需要与自然需要

父母不能放任子女啼哭，不仅是为父母获取一份清静，关键是啼哭于孩子无益。

孩子的啼哭大致分为两种。

第一种是当孩子的需求得不到满足，动机无法实现时，他们会以持续不断的啼哭来抗议众人对自己的压迫，就是因为这些人不给自己心爱的东西；此外，这种啼哭还是孩子对自己欲望的坚持，这样只不过是显示自身柔弱，从而争取到优势。

第二种就是由真正的痛苦或忧愁导致的悲伤哭泣。

父母可以从孩子的态度、动作，尤其是啼哭的声调来分辨这两种啼哭。但无论哪一种，父母都不应该容许，更不可鼓励。

第一，孩子采取顽强的或愤怒的啼哭方式，父母如果买账，就相当于向子女低头，满足他们无尽的欲望，助长他们嚣张的气焰。

父母对子女实施管束和责罚，为的是教导他们克制自己的情感，服从自己的理智，遵循父母的教诲。

尤其是在父母使用鞭笞时，如果子女“执着”地啼哭，说明他们依然坚持自己的任性，你这时不可因为心疼他们，停止鞭笞，你得一直等到孩子从心理上真正服从父母的命令，比如你吩咐他们立刻停止哭泣，然后他们就立刻停止。

身体上的疼痛不是最终目的，心理上的征服才是。所以，父母使用鞭笞要理智、严肃，不能感情用事，免得打了一顿后，不仅没让孩子顺从，反而对他们造成创伤。鞭笞总有一些未知的风险，我建议父母还是少用为好。

第二，孩子在不会说话以前忍受了痛苦，用哭泣的方式来表示，这情有可原。但随着年龄的增长，遇到什么事还是啼哭那就不合适了。

孩子在啼哭时，大人可能都会于心不忍，那么你可以去帮助他，安慰他，但千万不能怜悯他。

怜悯会使他沉浸在受伤的经历中，会把伤害扩大，从而使他的心灵变得更加脆弱。况且人生的磨难很多，你总不会一直陪伴在孩子身边，保护他的最好方法就是让他锻炼出坚强的心灵和顽强的意志。

痛苦有多种，身体上的痛苦较之精神上的痛苦又小得多。所以，以后子女因犯错应该遭受的身体上的惩罚，该实施的一点儿都不能少，并且实施后不准孩子啼哭。告诉他们身为独立的人，就要为自己的行为负责，更何况只是忍受一些皮肉之苦。

两种啼哭的原因不同，所以父母处理它们的方式也应有所区别。

第一种啼哭是子女“顽强”地反抗，根源于意志上的不屈服，对此，温和的解决方式不会奏效，所以父母就应采取严厉的鞭笞。

第二种啼哭根源于心理脆弱，如果是男孩子哭，父母可以嘲笑他，让他心生羞耻。如果是女孩子，那父母得温柔地去劝说和安慰她，转移她的注意力。

不过，到底哪种方式最适合，做父母的人得考虑到孩子的性格和心理。没有始终适用的规则可用，具体怎样应该由父母或导师斟酌处理。总之，这种啼哭应该及早制止，培养起子女坚强的性格。

人有勇敢之时，就有懦弱之时。但人不能盲目自大，无视危险，过于勇敢；也不能凡事战战兢兢，如履薄冰，过于懦弱。

过于勇敢的人不善于动脑解决问题，只想着莽撞。对于这种气质的孩子，父母要特别地培养他理性思考的能力，提高他自我保护的意识。

若有人甘冒风险行事，要么是因为无知，要么是受了别种强烈感情的支配。一般情况下，自负、虚荣心或愤怒容易使孩子失去理智，无视危险，更无视别人的劝告，父母发觉了这种心理后，就应小心地帮孩子消除，让他仔细想一想这样冒险值不值得。不过，过于勇敢这种错误孩子还是很少犯，还是精神脆弱更常见和更棘手些。

坚忍是德行的保障与支柱。一个没有勇气的人很难通过生活的磨砺来拥有其他优秀的品质。

人一生不知要经历多少大灾大难、起起落落，唯有在勇气的支撑下，我们才能抵御风险，对抗灾难。拥有这种品质会受益终生，所以父母要及早培养孩子的勇气。

在这一点上，我不可否认，先天因素有影响，但它起不了决定作用，关键还是后天的培养、锻炼。既然要锻炼，父母就不能一直把孩子当成温室的花朵，而是考虑如何教他们克服恐惧，

增强勇气。

我认为在任何危险面前都镇静自若、不畏困难、不惧痛苦的人才真正拥有坚忍的品质，当然这种品质成人都很难习得，更不用说小孩子了，但也是因为难习得，父母要及早锻炼、培养。

我们英国人天生就很勇敢，从在战场上不惧敌人敢于牺牲生命的勇气中就能看得出，但这种勇气不是“坚忍”中最重要的，因为人生除了在战场上存在危险，在其他好多地方也存在危险。比如死亡，死亡是令所有人都畏惧的事，还有痛苦、羞辱与贫困，好多人对此心存畏惧。

所以，真正的坚忍是准备好遭受各种各样的危险，危险来临，也要泰山崩于前而色不变。这并不是说这样的人对危险没有恐惧，他们有恐惧，但恐惧不会让他们退缩，而是让他们保持清醒的头脑，激发昂扬的斗志，用理智克服一切困难。

那么，如何培养孩子坚忍的品质呢？

首先，父母要当心，在子女年幼时，不能让他们听到任何可怕的交谈，也不能使他们看到可怕的东西。

因为有好多孩子就是第一次接触恐怖的事后，导致精神受到惊扰而失常。在以后的生活中，只要人一提起恐怖的事，他们就会条件反射似的惊慌失措，甚至身体瘫软，精神紊乱，遗憾终生。所以，父母要在这方面格外提防。

其次，使孩子逐渐习惯于他们过度畏惧的事物。

但这个方法不可过早使用，在孩子能走能说之前，这个方法还是不适用的。因为只有当他们能够说话，能够明白父母讲的道理后，他们才能知道那些看似可怕的事物其实是没有害处的。

如果这样说了以后，他们还是恐惧，那你就转移他们的心思，或是给那些东西加上一层可爱的外表来消除恐惧，直到他们看惯了，不再讨厌为止。

再次，让孩子多接触生人。

可以这样说，孩子出生后，只要对他们无害的眼睛的事物，他们都可以看。他们看一个黑奴或一只狮子，并不觉得比他们家的保姆或者一只狸猫可怕。

可是他们为什么看了某些颜色与形状会害怕呢？因为他们害怕跟随这些东西而来的伤害。假如一个孩子每天换乳母吃乳，那么可以说他在 6 个月后，看陌生的面孔就像是看家里人一样那么熟悉。

所以，孩子之所以不去接近生人，是因为他只在照顾他的一两个人手上吃惯了食物，习惯了这种爱，一旦别人抱他，他就恐惧起来，怕丢失快乐，得不到食物。

我们讨厌某些事物，不是讨厌它们本身，而是畏惧它们带来的痛苦。我们在没经历过事物带来的痛苦之前，通常是不会怕它们的。

比如，孩子儿时大多喜欢火焰，总爱去玩弄它。一旦他们被火烧伤或看到别人被烧伤，知道它会带来伤害，孩子就开始畏惧它，不会再去碰它，而会谨慎地避开它。

如果孩子对某些轻微的、平常的恐惧能够把握得住，他就具备了一种对付真正的危险的准备。

如果你的孩子一见蛤蟆就害怕，或者跑开，那你可以把蛤蟆捉住，放在离孩子不远的地方，让孩子习惯去看它，看惯后，再让孩子走近它，然后让他轻轻地抚摩，这样做下去，直到他能自信地玩弄一只蛤蟆就像玩一只蝴蝶。

采用同样的方法，其余不必要的恐惧都可以消除。因为这是克服心理障碍，父母不能过于性急。消除一种恐惧，建立了自信，再去消除别的恐惧。并且孩子在成功克服后，他们应该得到称赞。

我们的小战士就该这样一步一步地成长起来，父母要使他们明白抵御灾难的方法不是跑开，也不是被恐惧困扰、震慑，为了荣誉，为了责任，我们都要前进。

孩子的恐惧既然源于痛苦，所以要锻炼孩子使他们不恐惧，不怕危险的方法就是使他们习惯忍受痛苦。

我知道肯定有人对这个方法质疑，锻炼一个人不怕痛苦就去使他承受痛苦，万一没能如愿，反而使他怨恨制造痛苦的人。为了不怕痛苦就去主动吃苦，无论是从逻辑是还是实际上考虑，都很稀奇。所以，父母使用时要格外小心谨慎。

孩子犯了错，该受惩罚时就施加惩罚。哪怕孩子做事做得好的时候，也要间或使他们受点儿痛苦，就是为了使他们习惯痛苦，不要让他们把痛苦看成人生最大的灾难。

斯巴达人已经做出了榜样，凡是不把肉体上的痛苦看作最大灾难的人都能拥有其他优秀的品质。当然，斯巴达人的训练方法对孩子不大合适，父母可以温和地训练孩子，使他们养成受点儿痛苦也不退缩的品质，为以后克服生活中的困难奠定基础。

第一步应该做到的是，不要每逢看见孩子受了一点儿痛苦就去同情和怜悯他们。

第二步，父母要小心地使子女受点儿痛苦。首先，实施的痛苦必须在孩子的承受范围以内，不能让孩子误会，反而心生怨恨；其次，实施的时候，父母一方面不能露出愤怒的情绪，另一方面也不可以表示同情或后悔。

父母管教孩子归管教，严厉归严厉，但自始至终都要让孩子明白父母永远爱他们。然后他就

逐渐习惯于从你那里忍受痛苦，不会畏惧，也不会怨恨。孩子的性子越柔和，父母就越应当找适当的机会对他实施这种锻炼。

使用这种方法的技巧是，要在子女受称赞时或他们高兴的时候去实施，从痛苦最小的事情开始，然后逐步推进。你一定要使子女明白，他们虽然受了苦，却因此得到了勇气，得到了别人的称赞。

慢慢地，子女就会厌恶遇到困难就畏缩的胆小行为，会努力克服自己的怯懦。等到他们长大后，就会做出勇敢的事情。如果有些事他们还是不敢去做，那么父母就应该帮助他们，逐渐使他们感到惭愧而去做，直到练习使他们产生了较大的自信心，做好为止。到那时候，别人要表扬他们的作为。

这样之后，在困难面前，孩子不会再选择逃跑，而是从容镇静地应对。

我们经常在孩子身上见到一种场景，就是孩子如果得到了任何弱小的动物，比如小鱼、小鸟，就会去虐待它们，把自己的快乐建立在动物的痛苦之上。

这不是个好现象，如果孩子这样做，首先父母应该制止他们；其次，把善待动物的方法做给孩子看。

因为虐待动物和杀戮动物的习气可以使孩子对待人类的心肠也逐渐变硬。凡是以虐待和摧残弱小动物为乐的人，他们对于同类也不会十分同情或仁爱。我们之所以不要屠户参加涉及生与死的审判，就是注意到了这一点。

我们要教育孩子，从最初就要使他们把杀戮或虐待任何生物看成一件可怕的事情，要教导他们不去破坏或毁灭任何事物，除非是为了保存其他更高贵的事物。

这里有一位母亲在这方面做得很好。如果她的女儿想要一只狗、一只松鼠或一只鸟，这位母亲总让她得到。不过一旦得到后，她们一定要好好地对待小动物，精心照顾它们。如果女儿们施加虐待，这位母亲就会把她们的动物夺去，她们也会因此受到一番谴责。

我觉得子女从幼小时就该学会和善地对待一切动物，无论喜欢不喜欢，不可损伤和毁坏一切东西。

孩子伤害无辜后得到的快乐不是天生的，是后天习得的一种情感。有诸多方面的原因会引起这种邪恶的倾向。

首先，大人教孩子打人，看见有人被打伤，可能流露出兴奋的表情。孩子耳濡目染逐渐习得这种情感。其次，历史上讲了过多的战争与杀戮。成王败寇的观念深入人心，又有多少人注意到胜利者的荣誉是以无数被杀戮的生命为代价的。这样一来，不自然的残忍的习性便在孩子身上培植起来，慢慢地竟到了享受它带来的快乐的地步。

邪恶的种子当然不能播下，父母在这方面需要特别注意。不想在空地上疯长杂草，那就种上鲜花。所以，父母要教会子女仁爱和同情。

其实，子女可能造成的伤害有许多种，如果是游戏，出于无心或出于无知造成的伤害，父母不必过于在意。他们最应该注意的是子女犯错的根源和可能养成的习惯。惩罚也应该着眼在这个地方。

前面也提到过，年龄引起的过失都能通过时间让他们自己矫正。所以，并不是只要造成了伤害，子女就都应该受罚。

此外，还有一种方法，可以帮助孩子养成仁爱之心。就是使孩子从小对出身贫寒、地位卑微的人，尤其是仆人，习惯于以礼相待。

我们经常见到或听说富家子弟在对待仆人时态度轻蔑，使用蛮横的言辞，做出傲慢的举止。他们自身没感觉这样做有什么不妥，因为父母也是这样做的。但这种盛气凌人、傲慢无礼的性格本应该加以防止，所以要培养孩子对地位卑微者温和有礼、和蔼的态度。

如果孩子这样做，他们自己的身份不仅不会降低反而会提高，而且会赢得仆人更多的尊重，仆人也会更加努力地工作。

父母需要从小就教导孩子不要以貌取人，不要过于看重身份和财产，平等地对待每一个人，具备了谦逊的人品，孩子也将受益终身。

鼓励孩子发展好奇心

孩子的好奇心，尤其是求知欲，父母应该加以鼓励。没有了好奇心，他们就不会思考，只能一生追随别人的脚步，愚昧无知。下面有几个激发好奇心的方法。

第一，无论孩子提出什么样的问题，你都不能制止他，羞辱他，也不可讥笑他。

首先，你应该回答他提出的所有问题；其次，回答时充分考虑他的年龄和理解能力，尽量用简单明了的语言解决问题。你要注意他发问的目的是什么，而不是注意他发问的言辞。你帮他解答后，他的知识面会扩充，他的思维会延伸。如果激发他积极观察生活、提出疑问，那么他的思考能力也会逐渐得以提升。

有些孩子之所以爱玩游戏，有一个原因，就是他们的好奇心受到阻碍，他们的问题遭到忽视。假如他们能够得到公平的对待，他们的问题就能够得到应有的答复，我相信他们就会从学习和增进知识方面获得更多的快乐，因为那里始终有他们所喜爱的新鲜感和变化了的东西，而

不会乐于回到同一游戏与玩具中去。

第二，巧妙地采用称赞的方法。

你可以当着他们的面告诉他们所敬重的人，说他们已经懂得某件事了。我们从小就爱听夸奖，你可以说这是虚荣心得到了满足，那么你就可以巧妙地利用虚荣心，让他们学会有意义的事情。因此，家长要经常让年长的哥哥或姐姐去教弟弟妹妹一些知识和技能。

第三，孩子的问题一定要回答，并且答复地认真细心，不能敷衍了事。

孩子如果受到轻视，或者受到欺骗，是可以感觉出来的。很快他们会仿效大人，做出虚伪的行为。前面有过强调，父母希望子女怎样，那自己就得以身作则。父母万不可以成人的姿态，侵犯真理，无视德行，尤其与孩子交流时更不应该这样做。

一旦我们弄虚作假，我们就不仅是欺骗了他们，阻碍了他们学习知识，而且还毁坏了他们的天真，使他们学会了恶习。

他们就像刚到新地方的旅行者，对当地的情形一点儿也不熟悉，那么我们应该拿出良心，不要把他们领错了路。哪怕他们提出的问题无关紧要，我们也应该一本正经地答复他们。虽然它们在我们看来是没有价值的问题，可在完全不知道的人看来还是很重要的。

孩子在我们所熟悉的事情面前都是生手，他们在日常生活中最初遇到的事情在他们看来也都是未知的。凡是能够碰到乐于助人的人，容忍他们的无知，而又能帮助他们脱离无知境地的人，就是快乐的人。

凭借着我们的知识和经验，我们对孩子的问题可能看不上眼。但是，假如你我到了日本，想要了解当地的情形，我们无疑会提出成千上万的问题，这些问题对于我们可能很重要，可在一个日本人眼中可能根本不值得一提，倘若有一个殷勤而又有礼貌的人来满足我们的要求，指导我们的无知，我们一定备感荣幸与高兴。

孩子看见新鲜的事物，通常用一个陌生人的口吻问：这是什么？他们的意思通常只是指那件东西的名字。所以，对于这个问题的正确回答就是把那件东西的名字告诉他们。

接下来他们通常问第二个问题：它有什么作用？对于这个问题我们的回答要真实，要直接。我们要在他们所能理解的范围内，把那件东西的用途告诉他们，把用法解释清楚。

面对他们的其他提问也是一样，要在他们能够理解的范围内给他们认真、清楚的回答，直到他们得到满足。其实，在这一问一答的过程中，孩子还会提出新的问题，这样一方面可以激发孩子的求知欲，另一方面可以培养他们动脑思考的好习惯。

孩子以提问的方式获得的新知远比从成人那里学到的知识多得多，因为成人的知识都是从他

们自己的经历中学来的，都带有主观色彩，可能对孩子不太适用。

第四，我们可以刻意地让子女接触新奇的事物，使他们发现问题，自己去寻求解决的方法，实在解不开再向大人求教。

万一他们的好奇心使他们问出的问题不是他们应该知道的，你最好坦白地告诉他们，说这件事不是他们可以知道的，不必用假话来敷衍。

有的孩子嘴比脑快，机灵可爱，惹人喜欢，好些父母都想把孩子培养成这样。但我认为明智的父母应该把子女培养成脑比嘴快，善于思考，善于推理，话该说时说了就好，不必哗众取宠。

父母要鼓励孩子推理，指导他的判断，当孩子在理智方面有所进步时，父母就应不吝赞美之词，以称赞的方式鼓励他保持下去。如果他脱离了正轨，你不可讥笑他的错误，或以你认为正确的方式取代他的看法，你们应采取一种温和的方法，或以稍加提醒的方式帮他改正过来。

学会推理是学会运用理智的表现，凡事都理性地指导，孩子的行为不会出现什么大差错。所以，父母要培养孩子的推理能力。

面对孩子闲散的性情及矫正方法

孩子有时会表现出与好问的性情相反的气质，就是对任何事情都忽视，都漠不关心，即使对于正当的工作也是得过且过。这种“游手好闲”的性情最应该警惕并制止。不过，事情有时候会弄错，所以我们有时埋怨孩子不认真读书时，应该小心地加以判断。

父母第一次怀疑孩子有闲散的性情的时候，应该仔细地观察孩子，看他是不是在一切行为上都显得漫不经心，还是只在某些事情上显得迟缓与懒惰，在别的事情上又显得活泼了。

因为我们虽然发现他读书不认真，把该读书的时间都给浪费掉了，还是不能够立刻下定论，说是因为他有闲散的性情。那也许是一种孩子气，觉得别的事情比读书更有趣，从而在读书时想有趣的事了。

所以，我们要在他玩耍的时候再去观察他，看看他是不是活泼的，是不是努力地、有兴致地干那件事。如果孩子只是在读书方面慵懒一些，这还是比较好医治的。如果根源是气质方面，那父母就得多下点儿功夫了。

如果你看见孩子在学习后做游戏，或者做别的他所愿做的事情时很热心，那你就知道他本身并不是懒惰的，只是因为书籍没有趣味才不去注意，不肯用功。

面对这种局面，第一步就要设法把偷懒的坏处告诉他，说他这样一来便耽误了好些可以用来做游戏的时间。不过说的时候态度一定要温和，然后用简单明了的道理来阐明。

如果这种办法没有生效，你就不妨取笑他。每天你就不妨问问他，该做的事做了多少，如果没有按时完成，你就把这种情况公布给认识的人，让他在众人面前感到羞耻，不过其中不能掺杂斥责，只能稍微对他冷淡些，直到他改正为止。当然，孩子身边的人都应这样对他。

如果这种办法依然没能产生效果，你就告诉他，他用不着再有导师去教他了，你也用不着再花钱去请一位导师陪着他无聊地消磨日子了。他既然不爱读书而喜欢玩游戏，那你就容许他专心玩游戏，直到他玩够了，想要换换口味，去读几小时的书为止。

这个过程必须有人监视，要使他不间断地玩游戏，不准他偷懒，以保证方式奏效。

如果懒惰不是孩子的本性，而只是源于对学习的厌恶，那么父母就可以用以上方法来管教孩子。

不过，父母或其他监视孩子活动的人一定要在暗中监视，不能让孩子发现。因为孩子可能因为怕你看见，或者怕你知道，不敢去做自己喜欢的事情。这样一来，表面上孩子做什么都懒惰，父母肯定依据这个表象做出错误判断。

所以，你要在他不注意时实施监视，让他以为没有人在身边而感觉无拘无束，做自己真正想做的事，从而父母才能分清孩子不用功是由于天性懒惰，还是由于憎恶书本。

假如孩子生性懒惰，精神不振，那么要克服这种性情是很棘手的。要解决问题我们得寻根溯源。当一个人想过上未来的美好生活，想实现自己的梦想，那他肯定会斗志昂扬，奋发图强。所以，要想让孩子振奋精神，得增进他的远见与欲望。

首先，你要仔细地观察，看他喜欢的是什么，讨厌的是什么。如果你能发现他的心理有某种特殊的倾向，那你就尽力去增进那种倾向，并利用那种倾向驱使他做应该做的事，比如工作或者学习。

孩子可能喜欢受恭维，喜欢玩耍，或者喜欢漂亮衣服，无论他喜欢什么，只要不是懒惰，你就利用它去鼓励孩子，使他振作起来。使用这个方法时我们得用欲望去吸引孩子所以，这时欲望是不怕多的，只要能激励孩子就满足它。

如果你用这种方法还不能够持久地激发孩子的斗志，你就应该使他坚持做一些体力劳动。这样也许可以让他养成一种习惯，多少做点儿事情。

本来，叫他努力学习是帮他养成运用心智的习惯的更好方法，但是在这个过程中他是否真的在学习，我们无从得知，所以你应该给他找一些体力工作，使他经常忙来忙去。

那什么样的体力工作合适呢？我推荐比较累、比较卑微的工作，因为这样一来，它们就更容易使他产生厌恶和厌倦，从而想回去学习。还有在工作时，派人监视，不能让他偷懒。

只有到他注意起学习，肯去用功读书之后，可以在他学习完了以后，使他从别的劳动中得到一点儿休息，以作为一种奖励。他读书越是有恒心，这种劳动就越可以减少。最后，到了他的闲散懒惰、不愿读书的毛病完全治好的时候，这种劳动就可以完全取消。

如何改正孩子爱玩不看书的习惯

孩子之所以喜欢玩游戏，是因为他们能从游戏中得到自由和新鲜感。鉴于此，我们要想让孩子用功读书，或者学会其他想让他们学的事情，我们就不能把这些事务当成任务强加给孩子，而是要让他们感受到心灵上的愉悦。

但一般情况是，父母和导师不顾孩子的感受，着急地让他们去做事，而忘了设法诱导孩子去做。凡是在父母逼迫下要做的事，孩子总有一天会厌恶，根本不可能使他们觉得学习和游戏一样有趣。

例如，你强迫孩子玩他曾最喜欢的游戏，每天让他去玩好几个小时，就像是每天要去做他的工作似的。这种方法用不了几天，就可以使他对于心爱的游戏心生厌倦，而宁愿去读书。我觉得这种办法至少比禁止他游戏好，也比使用惩罚的方法好。

因为人的欲望一旦得到了过度的满足，他反而会对曾迷恋的事物心生厌恶，以后他就几乎不会再去做了。

所以，还得强调一下刚才的观点，学会利用孩子好玩好动的天性，让他做有益的事情。要达到这个目的。你就该把那些事当作一种娱乐，而不是工作。

换言之，把你不喜欢的事情当作一种工作施加给孩子。比如，你不喜欢让他们玩陀螺，那你就强迫孩子每天玩几个小时，并监视他，让他不停地抽打，慢慢地他会厌恶陀螺，转而去做你希望他做的事。

如果把这事当作完成游戏的奖励，那他就会更愿意。你的目的就顺其自然地达到了，而且孩子也不会发现你的刻意而为。

孩子天性好动，他们只要有事可做，对于事情本身是没有什么歧视的。他们之所以把甲事看得比乙事重要，是因为他们从别人那里学来的。所以，凡是别人当作奖励给予他们的事物，他们就会真得把它当成奖励看待。

有了这种技巧，导师就得好好考虑了，看看是把跳房子当作跳舞的奖励呢，还是把跳舞当作

跳房子的奖励呢；是使他们喜欢抽陀螺，还是使他们喜欢读书，是使他们打球呢，还是使他们游泳呢。

孩子所要的只是忙，忙他们自以为是他们自己选定的事情，忙他们可以获得称赞的事情。就这样实施下去，如果不受别人的不良影响，我相信他们会热忱地、快乐地读书和写字以及做你所愿意他们去学的事情。就像是做心爱的游戏一样，父母通常是不能阻止他们玩游戏的，这时也不能阻止他们去读书了。

让孩子学会自己做玩具

接下来讲一讲孩子的玩具。我认为孩子应该拥有各种玩具。但他们应受到导师或别人的监督，一次只能玩一种，第一种没归还，第二种就不能得到。这样就可以及早地使得他们当心，不要把自己的东西弄丢或是损坏。

如果你让孩子一次玩好几种玩具，他们就会变得漫不经心，就等于教他们学会浪费。

我承认玩具是些小事，似乎不用导师去操心。不过，凡是对孩子心理有影响的事情，都是不可忽视的。凡是能够使他们养成习惯的事情，都值得导师去留心注意，因为它会对孩子的一生产生影响。

给对父母一个建议，就是孩子可以拥有玩具，但我觉得玩具绝不可以通过购买的途径得到。买玩具的孩子常常会因为玩具的种类太多，从而养成一种见异思迁又贪婪的心理，就是自己也不确定缺少什么，可是总感觉不满足，要追求更多的东西。

有些人为了巴结有地位的人，便去把各种各样的礼物送给他们的子女，这其实会让小孩子学会虚荣、骄傲和贪婪。那玩具不能买，又不能收，孩子还能怎么得到呢？他们要自己做玩具。在他们没做成之前，他们不该得到任何玩具。

为什么这么做？首先，孩子幼时玩什么东西都行，一串钥匙，一颗石子，一张纸，这些和从商店里花大价钱买下的玩具一样好玩，孩子们之所以认为别的东西无趣，大抵因为玩惯了这种烧钱的玩具。

等到孩子长大些，如果不是别人愚蠢地花钱，使他们有很多玩具，他们自己就会去做。一旦孩子有了某种想法，要去亲手制作，父母或导师就应该积极鼓励，并给予指导和帮助。

如果孩子自己不动手，反而懒洋洋地坐着，希望别人做给他，那他最终什么也不应该得到。

每个人都会珍视自己辛勤劳动的成果。所以，较之昂贵的礼物，孩子会更喜欢自己亲自动手制作的玩具。

不过，有些玩具，像陀螺、鱼钩、毽子之类，不是他们的能力所能制造的，这自然要为他们准备好。孩子拥有了这些东西，可以经常运动锻炼身体，但凡事过犹不及，所以这些玩具应以尽量少给他们玩为好。

假如他们要抽打陀螺，那么抽打陀螺的棍子和皮带就要他们自己去做，去组合装配。这就可以使他们学会通过自己的努力，来获取自己所需的事物。他们因此也能学会控制欲望，学会节俭，并因这些品质而受益终生。

孩子的一切游戏或者其他娱乐活动都应该帮助他们养成善良的品性和良好的习惯。孩子无论做了什么事情，都会在他们幼小的心灵里留下烙印，因此使得他们养成好或坏的习惯，凡是能产生这种影响的事情都不应该被忽视。

孩子撒谎怎么办

撒谎在平日里很常见，因为它可以充分遮掩不想让别人知道的东西，而且简单易学。所以，孩子身边但凡有人撒谎，他们无疑会效仿这些“榜样”。但是小时撒谎，长大就会欺诈。这并非危言耸听，而是撒谎的确会引起好多恶习。那么如何让孩子远离撒谎呢？

首先，要让孩子从小厌恶撒谎。父母如果有机会当着他的面提到说谎这件事，那你就表示出极端的痛恶，告诉孩子这是受人鄙视的小人作为，它为名声良好的绅士所唾弃。

其次，如果孩子第一次说了谎，你最好表现出惊愕诧异，不用把它当作普通的过失去责备。如果孩子再三撒谎，那父母就应该严厉地斥责他，同时其他知道孩子撒谎的人也要表现出对他的不满。如果孩子还是不知悔改，那你就使用鞭笞，来克服孩子顽固的心理。

孩子撒谎的原因就是不愿意自己的过失被人看得清清楚楚，所以想着用撒谎来遮掩不光彩的事。那么，父母该如何管教撒谎的孩子呢？我建议羞辱孩子，从而让他自己知错并改过自新，至于惩罚或其他粗暴的方法，不到必要时还是少用为好。

如果你有什么事问他，他回答时言辞闪烁，你就应严厉地警告他，让他说出真话。如果他依旧言辞模糊，你就要惩罚他。不过，如果他直接承认错误，你就应该表扬他的坦白，原谅他的过失，并且以后不要再提这个过失。

如果他坦白后心有不安，比如担心父母会揍他一顿，那他以后遇到这种情况就会犹豫了，是坦白还是撒谎呢？反之，如果他说出实话，父母没有怪罪他，而是称赞他，那你就是在鼓励他以后都要讲真话。

如果你无法证实他的回答中有任何虚假的成分，那你就把它当作事实，绝不可露出一丝怀疑。

你应使他在你的面前尽量保持良好的名誉，因为一旦他知道自己名誉毁掉了，你就丧失了对他最好的支配。所以，你要使他在你面前不要觉得自己是一个撒谎的人。即使他的话与事实有些出入，这也是可以将就过去的。

不过，如果他已经因为撒谎受到了惩罚，可依旧撒谎，那这时他就是不可原谅的，这明显是强调自己的顽固，是对父母的权威挑战，那父母就应该使用鞭笞，加以惩戒。

以上就是我所想到的把孩子教育成一个绅士的方法。这些方法都是从实践中总结出来的，对管教子女肯定有好处，但我也不可否认，随着新问题的出现，这些方法还不够全面，需要继续补充。不过，前提大致介绍过之后，我们就可以比较详细地考虑教育的其他问题了。

父母一生都在为子女着想，我认为父母除了为孩子留下财产以外，还有更重要的事情去做，这就是让子女拥有德行、智慧、礼仪和学问。这 4 个方面存在着彼此包含、相互交叉的关系。

关于孩子的德行教育

我认为在一个绅士的所有品行中，德行是最重要的。只有德行良好的人才能得到尊敬，受人欢迎，并且自己也颇为得意。但品行恶劣的人最终会被社会唾弃，平庸悲惨地度过一生。

德行要有基础，这个基础就是让孩子的心里上帝的观念。

首先，他的心里要尽早形成对上帝真实观念，知道上帝是至高无上的存在，是万事万物的创造者和主宰，我们从他那里得到一切善，他爱我们，才会为我们创造一切。

接着让他对上帝心生敬仰，像爱生母一样去爱上帝。

开始的时候，达到这两个目的就够了，不必向他再做进一步的解释。因为当他的理解力不够时，父母讲太多，他只会瞎想，从而形成错误的观念。你只要适度地告诉他，说上帝创造了一切，关注着一切，凡是爱上帝、服从上帝的人，上帝就给他们善。

你给孩子讲上帝时，他可能并不能正确理解，可能会出现偏差，父母了解后，要给予纠正。有些人就是对上帝充满好奇，但因为自己能力有限，分不清哪些事能明白，哪些事不能明白，于是陷入迷信或无神论，把上帝看成与他们自己一样，或者根本认为没有上帝。

所以，我觉得，与其让他好奇地追问，去探究上帝不可思议的存在，还不如让他每天用简单易懂的祷告词向上帝祈祷。

你在他有了足够的能力的时候，逐渐在他的心里印上了上帝的概念，同时又教会他去祈祷上帝，颂扬上帝，把上帝看作是创造了他自己，创造了他所享受的一切之后，你无须向他谈到任何别的神灵，除非日后他先提到。

在他年幼时，你应该尽力保持他纯洁的心灵，不要让他形成神灵鬼怪的概念和印象，也不要让他对黑暗产生任何畏惧的心理。

在这个问题上，父母要格外叮嘱仆人，不能拿一些妖魔鬼怪的恐怖形象吓唬孩子，以获得孩子的服从。孩子的心理上一旦产生这种鬼神的印象后，他们会害怕黑暗，还经常生出许多奇异的幻觉，甚至看见自己的影子都会害怕。

有些小时候受到过这种恐吓的成人诉苦说，他们的理智虽然纠正了幼时获得的错误观念，他们也明白在黑暗中与在光天化日下一样，没有什么东西可害怕，但鬼神的形象还是顽固地存在，使他们生出幻觉，得花好些工夫来将它们消灭。

这里有一个真实的故事，告诉你心理上早期获得的想象是何等的持久与可怕。

西部的某个村镇里有一个精神错乱的人，一般男孩子看见了都爱揶揄他。这个人有一天在大街上看见了一个平时揶揄他的小男孩，他就走进一家利器店，取出一把剑，朝着孩子追去。那孩子见他拿着武器，拔腿就跑，跑到了父亲的屋子，屋门上了门。

他一边用手扶门，一边回头看追来的人还隔多远，那时疯子已经追到了走廊的进口，举剑就要砍，男孩刚够时间跑进去，赶紧关上门，才没被砍到。

虽然男孩的身体逃脱了，但是他的精神却没有逃脱。这个可怕的场景影响了他一生，无论什么时候，只要他一走进那个门口，总要回头看看，虽然知道没有那个疯子。

黑夜是用来睡眠的，正如白昼是用来游戏的一样。孩子本不该对黑夜惧怕，可就是因为孩子身边的人散布“黑夜里有恐怖的东西出现”这种谣言，孩子才形成这种心理，并受到这种观念的折磨。

当你发现孩子对黑夜很惧怕时，你就应该赶快帮他们消除这种伤害。你要使他们明白，上帝为他们创造了一切好的东西，包括黑夜，黑夜就是用来美美地睡上一觉的。还有上帝一直在保护着他们，黑暗中没有什么东西会伤害到他们。最后，告诉他们不用惧怕黑暗。

孩子形成了关于上帝的概念，并且习惯于向上帝祷告，那么他德行的基础就打好了。之后应该注意的第二件事，就是要他讲真话，同时培养他善良的品质。

一次歪曲事实，用假话来遮掩过失的行为，比犯 20 次错误的行为更严重。这点你要好好教给孩子。同时，你要让他们在幼时就学着爱别人，善良地对待别人。

以上所讲到的父母能够教孩子做好，那他们德行的基础就打好了。随着年龄的增长，他们的行为可能会偏离良好的德行，这时父母就采取恰当的措施来纠正就好了。关于这方面的讨论并不是我的这本书的任务，在此我点到为止。

如何提升孩子的智慧

一个人智慧的表现是，能出色地完成任务，实现自我价值并奉献社会，还能高瞻远瞩。智慧是天赋、努力和经验结合的产物，不是所有孩子都能获得的。

狡猾是一种小聪明，它看似是智慧，其实与真正的智慧相差甚远。它像一只披着人皮的狐狸，没有人类的本质，因此显得很丑陋。

狡猾的人用算计、阴谋和欺诈的手段达到目的，但这种行为是一种短视的行为，因为你只会在刚开始的时候，尝到一点儿甜头，之后要永远吃亏。无论什么样的掩饰，狡猾终会被发觉。

世上没有一个狡猾的人能够狡猾得使人家都不知道他是狡猾的。狡猾的人一旦露出真面目，所有人都会“敬而远之”，这并非墙倒众人推，而是正义终究战胜邪恶。

父母要在子女幼时就教导他们凡事要追求真实，要寻根溯源。应使孩子把精神用在伟大的有价值的思想上面，而不屑于虚假骗人的小伎俩，这才是孩子对于智慧的最合适的准备。

至于智慧的其他方面，子女在逐渐成熟的过程中会慢慢习得，父母不必过于急切地把许多孩子无法理解的事都教给他们。

给予孩子良好的教养

良好的礼仪是一个绅士必备的美德。不懂礼仪的人一般不是忸怩羞怯，就是行为不检点和态度傲慢。要避免这几种情形，就只有好好地遵守一条规则，就是既不要看不起自己，也不要看不起别人。

不要看不起自己，不是让你傲慢，恰恰相反，你不能高估自己，即使你具备人无我有的优势，过于高调反遭人笑话，谦逊行事才能赢得尊重。

不过，如果我们在做自己分内的事，同时别人也希望我们去做，那时我们就要表现得落落大方，无论在谁面前都不必惊慌失措，只要按照各人的地位与身份保持敬重与距离。

有些人，尤其是孩子，常常在生人或他们的长辈面前表现得很羞怯，甚至心里紧张，导致做什么事、说什么话都显得极不自然，有失礼貌，因此不能得到别人的喜欢。

要解决这个问题的唯一方法，就是让孩子广交朋友，多接触上层社会的人，通过练习形成举止优雅、自然的好习惯。

要避免对别人不尊重，有两件事情是必要的。第一要有礼貌，就是有不愿冒犯别人的心理。第二要得体，就是要有表现礼貌的受人欢迎和使人愉悦的方法。这两点是相辅相成的，有了懂礼貌的心情才会有礼貌的行为，礼貌的行为反过来会鼓励他对人更有礼貌。

举止优雅既能体现出自己的绅士风度，又使对方感到舒适愉悦。但是不同国度对礼仪方面的要求千差万别，我们可不能“一招鲜吃遍天”，得入乡随俗，模仿别人怎样做才是表示尊敬，多加练习，以达到自然流畅。

有 4 种性格会阻碍优雅礼仪的形成。

第一种是粗暴。表现为行事完全依从自己的性子，丝毫不考虑对方的感受，不知道怎样相处才能使对方愉悦，又有哪些事情使对方厌恶。

我认为粗暴是一种兽性，没有人能舒适地和这种性格的人共处。而礼仪却能使粗暴的性子变柔和，使人变得谦逊，自己既会尊重别人，反过来对方自然会表示尊敬和友好。绅士对于粗暴是绝对摒弃的。

第二种是轻蔑。表现为轻视的神态、言语和动作。轻蔑表现出看不起对方，没有人愿意被人瞧不起，所以轻蔑别人的人最终会被别人轻蔑。

第三种是非难。表现为当众指出别人的过失。没有人想将自己的过失告白于天下，一是丢失颜面，二是让别人怀疑自己的办事能力。可偏偏就有一些人成心让别人难过，这样的人通常采取两种非难的方式。

一种是嘲笑。嘲笑时的言辞暗含讥讽，并且常常引起在场的人大笑。一般社会地位高的人就会采取嘲笑这种谈话方式。这种人的话大家都爱听，和他们站在一起的第三方也常常用欢笑去给他喝彩。不过他应该反思一下，是不是大家的欢乐建立在被嘲笑者的痛苦之上。

这会“受害者”的心灵留下深刻的印象，甚至产生记恨的情绪。总之，嘲笑既然是折磨人的作为，绅士绝不该去嘲笑别人。

另一种是反驳。反驳不能一刀切，有一种反驳是必需的，就是有时真理要求我们改正别人的错误，这时的反驳无可厚非。但有一种人不管是非对错，总爱反对别人。这明显是借反驳想让对方当众出丑。

为了避免让对方误以为自己故意非难他，提出相反意见时要态度温和，措辞委婉，同时尽量表现出尊重和善意。

第四种有碍礼仪的行为是刁难。表现为我们生气时对别人无礼地斥责。这对别人是不公平的，白白挨了一顿臭骂。群体中一旦出现这种爱发脾气、刁难伙伴的人，就不会和谐安宁。

其实，懂礼貌的人比能干的人更受欢迎，尤其是有些能干的人经常表现得很严肃，和他们交往自然不会很舒服。凡是不能给对方带来快乐的人是不会受欢迎的。

反之，知道如何使对方感到舒畅，自己又不至于奴颜婢膝降低身份的人，是找到了为人处世的精要，时时处处都会受到尊敬与欢迎。所以，父母在孩子年幼时就要培养他们懂礼貌的好习惯。

前面 4 种是说在礼仪方面做得还不够的表现，还有一种不懂礼仪的表现是礼貌行为做得过多。

我们有礼的主要目的就是使对方感到舒适愉悦。繁文缛节与其说是尊重别人，还不如说是嘲弄他，根本不会受到对方的欢迎。而且，你容易丢失自己的身份显得过于卑微，反而落下对人家谄媚的话柄。这种事青年人做的比较少，如果有做的人，你就指导他改正错误。

一个懂礼仪的绅士既不自大，也不卑微，从容淡定地真心对待别人，以示尊重之意。

漂漂亮亮的行为举止只是孩子的一种外在装饰，教授他们过多反而有哗众取宠之嫌，更何况真正重要的是孩子的品行，你更应该注意把谦逊和善良教给他们。好礼仪能帮助孩子更受欢迎，不至于遭人轻视。

各个国家的礼仪要求千差万别，如同它们的语言。我们只要正确地想一想就可以知道，把关于礼仪的各种规则教给孩子是没用的，如同一个只和英国人说话的人去学一两条法文的规则一样。

即使你费尽心思教了孩子礼仪的规则，只要孩子身边的人不按规则做，他们也不会按规则做。也就是说，孩子一旦接触品行恶劣的人，他们自己就不会品行高尚。为解决这个问题，父母要请一位受到良好教养的导师。

有些导师教授孩子时，非得让他们在如何脱帽、如何致敬等这些举止方面耗费大量工夫，其实，这样做完全是本末倒置，理由如下。

首先，当孩子心地善良，懂得尊重别人时，他们自然会效仿优秀的人，学会好的言行举止；其次，前面也提到过，孩子到了一定的年纪，一个舞蹈老师就可以把最合适的姿态教给他们。况且，没有人会因为孩子的一点点过失就把孩子怎样。所以，你在这方面也不用过多干涉，除非他们专横跋扈傲慢无礼。

在年轻人中普遍存在一种没礼貌的行为，就是爱在别人说话的时候插嘴，或是反对别人，或是提出自己的观点。

一个原因是青年人争强好胜，另一个原因是他们把这种辩论的方式当作展示自己才华的机会。好像你说对了，别人就能高看你、敬佩你似的。

但是他们考虑不周全，你没等人家把话说完就打断，就是在明显地表示：

第一，你说的话我已经听腻了，我根本不看重你所说的话。

第二，错误地认为在场的其他人也厌烦了这种发言，自己正确的观点可以解救他们。

无论怎样，这都是对人极大的冒犯，肯定会惹恼对方。而且这样做不仅不能证明自己的才华，反而表现出自己的傲慢和自负。

我并不是说谈话的时候不能有分歧，也不是说别人的观点我们不能去反对。而是我们要教导年轻人，在别人说完了的情况下，除非别人问到他们有什么意见，他们才能发表自己的意见，不可中途插嘴。说的时候得用一种请教的态度，不可傲慢无礼，以表示自己的谦逊和虚心学习的品质。

这种礼貌的态度不仅不会掩饰孩子的才华，反而会为他赢得更多的关注。你在表述观点之前要加上几句尊重别人意见的话，便可以使别人得到荣誉，自己得到重视，这是一种谈话的技巧，它所产生的效果是鲁莽行为万万不能实现的。

鲁莽的情形在年轻人身上应该小心注意，从一开始就该养成谦逊的品质，礼貌待人。成年人在孩子面前要尽量改掉插嘴的习惯，否则孩子会效仿，学会争辩。

印度人虽被我们英国人称为“野蛮人”，可他们交谈的时候比我们有礼貌，他们总等到别人把话说完才发表自己的意见，不吵闹，也不动感情。相比之下，我们很野蛮。这里还有一个例子来说明争吵有多么丢失颜面。

有两个上层社会的贵妇人，偶然相对地坐在房间的两边，在座的还有很多人，她们却争辩起来，争得很起劲，以致彼此逐渐把椅子向前移动，一会儿工夫两人紧紧地站在房子的中间。她们全然不顾自己的身份，像斗鸡场上的两只斗鸡一样，引得众人大笑。而两个贵妇人竟一点儿不在意，这全是习惯使然。

我已提到过，想让孩子懂礼貌，仅仅把有关礼貌的规则教给他是不可行的，你得注意到伴侣能产生的巨大影响。其实，许多人不惜生命所珍视的礼节，多半是国家的习俗和一般人的生活实践，不是他们的理智。这句话也说明父母应充分重视孩子的伴侣。

第六章 道德教育的实践

这里是一些能够佐证或印证我的教育方法的案例，或运用我的教育方法后教育效果得到显著改善的案例。我把些案例附在本篇之后，作为本篇的补充和延伸，以便加深读者对我的道德教育理论的理解。

自尊，是孩子品德培养的重中之重

我认为，教育孩子，应该重视知识的灌输，还要注重品质的培养，尤其是孩子的自尊，要作为重中之重。

因为，有了自尊，孩子就会在意自己在别人心目中的形象，所以他在各方面都会朝好的方向努力，争取得到别人的肯定、好评。

自尊的孩子不向别人卑躬屈膝，对待任何人都不卑不亢。当然，想要培养出这样的孩子，也是不容易的事情。

关于这方面，一位叫安东妮的太太给我提供了非常好的案例。

下面是安东尼太太的案例。

安东尼太太的儿子叫小皮罗。小皮罗小时候有次上午出去玩，回家后跑到安东尼先生面前说：“爸爸，你教我手工艺制作好吗？”

安东尼先生是当地有名的玩具设计师，觉得小皮罗学习一些手工艺不太好，但因为安东尼太太说手工艺可以锻炼孩子的动手能力，曾让丈夫教过小皮罗，但是他学习的热情度不是很高，安东尼太太当时觉得儿子还比较小，所以没说什么。

那天突然听到小皮罗提出这样的要求，安东尼太太和安东尼先生都很惊讶。当然，安东尼先生还是很乐意教儿子的，因此立即回答说：“好啊，咱们现在就给你的玩具狗缝制一个漂亮的领结好吗？”

“好！”小皮罗大声答应着。

于是，安东尼先生一边动手做，一边给儿子讲解，儿子听得和看得都异常认真。缝制好了领结之后，儿子高兴地给玩具狗戴上，向我们展示，我们都说小狗变得很绅士。

后来，小皮罗一直缠着安东尼先生教他制作各种手工艺品，积极性很高，当然学得也快。安东尼先生看到儿子的变化，虽然有些惊讶，但还是认真地教儿子。

经过一段时间的学习，小皮罗就能从设计到制作独立完成，把他的所有玩具都打扮得漂漂亮亮。

看到儿子在手工方面的进步，安东尼太太高兴的同时，一直心存疑问，不知道儿子是因为什么一下子对手工制作如此感兴趣。

一天，安东尼太太把小皮罗特地叫到面前问：“儿子，你现在的手工已经做得很不错了。不过，我心里一直有个疑问，你先前不是特别乐意学习这个，为什么现在主动要求学习了呢？”

听到此话，小皮罗红着脸，有些不好意思地说：“那天，有个小伙伴拿着一件手工制作向我炫耀，说是自己做的。在听说我不会做以后，他就嘲笑我，说我太笨了。我听了心里难过，我不想输给那个自大的家伙，心里想着一定要比他做得更好，才回家让爸爸教我的。”

“那么现在，你的手工制作超过了那个伙伴了吗？”

“当然啦！所有的小伙伴都说我做得比他做得好，大家还拜托我给他们的玩具也做一身好看的衣服呢。”小皮罗兴奋地说。

知道了前因后果，安东尼太太明白了儿子之所以学习手工制作如此认真、上心，原来是自尊心在其中起了关键性的作用，他因为不想被人看低才努力学习，安东尼太太为此感到十分欣慰。

发生在小皮罗身上的这件事，让我想起了自己小时候曾经看到过的一个人，他名叫加莱斯，那时候大概 30 岁，外表邋遢，成天东游西逛，一点儿都不干正事不说，还有偷鸡摸狗的行为。

我每次出去玩的时候，母亲总是告诉我说：“你若见到了加莱斯，远远地避开他走。”在我的印象中，好像每个人见到他都是避而远之，讨厌至极。

可是，加莱斯对这些好像一点儿都不在意，哪怕别人当面说他如何不好，指责他的诸多不是，加莱斯依然是笑容满面，恬不知耻。

现在加莱斯年过花甲，孤身一人，以乞讨、偷窃为生，人见人恨。我想，若是加莱斯有一点儿自尊的意识，也会努力改变自己在他人眼中的不良形象，那么也不至于落到这种悲惨的境地。

由这两个事例可知，自尊心在人们的生活中占据着多么重要的地位。

因此，父母要特别注重培养孩子的自尊，这就需要从以下几方面做起。

第一，不能随意讽刺、挖苦孩子。

我见过许多父母，在孩子做错事或者表现不好时，经常讥讽，以为自己这样对孩子来说并没有多大的妨碍，事实上，这样做会严重伤害孩子的自尊。

有一次，我经过广场，当时有许多人在跳舞。有个五六岁的胖女孩看到翩翩起舞的人们，觉得动作十分优美，就抬头充满期望地对身边一个年轻的妇女说：“妈妈，我也想学跳舞。”

“就你这身材，像个小熊猫，别说学不会跳舞，就是学会了，谁愿意看啊？”听到此话，女孩的情绪一下子低落到了极点，默然转身离开了广场，她的妈妈看到了，撇了一下嘴，跟了上去。

看到这种情景，我心里很不是滋味。年轻的妈妈哪里知道，她不自觉地对女儿说出的这句嘲讽的话已经严重打击了孩子的自尊心，所以父母一定要避免。

第二，不要随便拿孩子与人比较。

可能，一些父母看到别的孩子成绩优异，表现良好，见自己的孩子各方面不如别人，恨铁不成钢，有意无意之中，总说别的孩子好，想以此激励孩子。事实上这样做，不但起不了正面作用，相反会在不知不觉中损伤孩子的自尊心。

有一天，安东尼太太带着儿子小皮罗出去玩，正好碰到附近的威特太太，她带着儿子也刚好走到那里。

威特太太早知道小皮罗的才华，所以见到他们之后，主动迎上前打招呼，然后夸赞小皮罗说：“小皮罗不但知识丰富，而且知书达理，哪方面都好，若是我儿子有他一半优秀，我就心满意足了。”

威特太太的话还没有落音，她的儿子已经气呼呼地转身离开了，威特太太看见了，朝着儿子远去的方向，长长地叹息了一声说：“这孩子，表现不好，还不叫人说，真拿他没有办法。”

听着此话，好像是孩子的错，实质上，父母当着孩子的面随便指责他不如别人，搁在谁身上都会气愤，进而会影响到自尊心，甚至自轻、自贱，别说起不到激励的作用，有可能孩子还不如从前。

第三，父母应该尽早教孩子做事，平等地对待孩子，孩子有了进步，关注的同时并及时表扬等，父母这样做才能不断地巩固孩子的自尊。

有了自尊心，孩子的一切才能朝好的方向发展。

自尊是对自身的评价和体验，是一个人具有积极意义的品质，它与个人的自我价值有关。是维护自己的荣誉和地位的一种自我认知倾向。

自尊心、自信心、进取心也是密切相连的，是一种积极的个性品质，能够成为孩子前进动力的一种最敏锐的情感。

一个懂得自尊的孩子会在生活中处处考虑到自己的言行是否合适，自己的行为是否优雅，做事情就容易考虑到社会规范，会做高尚的、有品位的、成功的、受人欢迎的人。自尊的孩子做事从自信心、成就感、荣誉感等方向出发，最后达到受人尊敬和自我满足的目的。

可见，培养孩子的自尊对孩子的健康成长是十分有利的。父母应该从小培养孩子要有自尊心。

自尊，是培养孩子美好品质的基础。有了它，孩子才会自重、自爱，在意自己在别人心目中的形象，努力争取得到别人的赞誉，并为此尽力使自己各方面表现良好，因此这样的孩子走到哪里都受人欢迎。

相反，若孩子没有了自尊，就不会在意别人的评价，无视自己的不良品德、行为对他人的影响，甚至会走上违法犯罪的道路。

所以，父母要注意培养孩子的自尊，孩子有了自尊，教育就会变得比较容易、轻松。

父母要想培养孩子的自尊，不是一朝一夕的事情，要有耐心和细心，好好关心和爱护孩子。多给孩子创造可以施展才华的机会，多给孩子爱抚的微笑和诚恳的赞许，让孩子在爱中走向进步。

孩子的自尊一部分是靠父母来帮助养成的，父母要懂得尊重孩子，让孩子从小就获得成就感、荣誉感，认为自己了不起，慢慢地孩子的自尊心理就会形成并且逐步完善。

孩子的责任心要从小开始培养

这个是格雷先生提供的案例。

下面是他的记录。

一天，我在家里看书，我的儿子小格雷急急忙忙地跑过来对我说：“爸爸，外面有人打架了，

一个高个儿的男孩把帕特里克的头打流血了。”

我放下书，便匆匆地跟着小格雷来到事发现场，看见帕特里克躺在地上，头血流不止，而那个打人的高个男孩子却站在一边，仰着头看着别处，好像这事与他没有任何关系。

我看了很生气，上前拉了他一下说：“走，跟我一起先把他送往医院。”高个儿男孩还有些不愿意，其他几个稍微大些的孩子便主动上前帮忙。

我让小格雷去通知帕特里克的父亲哈塞先生，然后把帕特里克送往医院并安排好，随后不久，哈塞先生和哈塞太太也赶到了，在病房里照顾帕特里克。

我便出去把打人的高个儿男孩叫到面前问：“你把人打伤了，怎么也不道歉呢？”

“要是想要赔偿的话，你找我父母吧。”男孩轻松地说。

“是你打伤了人，主要责任在你，你应该为此事负责任。”我生气地对高个儿男孩说。

正当这时候，高个男孩的父母可能是听说了此事，匆忙地赶往医院，看到高个男孩之后，先问了高个儿男孩一句：“怎么样？受伤了没有？”

然后他们才小心翼翼地问男孩：“是不是和别人打架了？”见男孩没有回答，他们又转而问我：“请问，您知道那个受伤的孩子在哪儿吗？”

我点点头，然后把他们带到了帕特里克的病房里，他们急忙向躺在床上的帕特里克以及床边的哈塞先生和哈塞太太道歉，并掏出一沓钱说：“这些钱是给孩子看病用的，若是不够，我们再送些过来。”

好在哈塞先生不是一个小气的人，也没有为难高个儿男孩的父母。妥善安排好此事后，我和他们一起走出了病房。

打人的高个儿男孩始终站在外面，没有进病房看过帕特里克，而他的父母从始至终没有说过一句批评儿子的话。

我实在看不下去，就悄悄地拉着他们到一边说：“孩子打了人，你们怎么不叫他承担责任？”

“嗨，我儿子这么小，哪有能力负担医药费？”高个儿男孩的妈妈反问我。

“孩子都这么大了，即便现在没有能力挣钱出医药费，你们先给垫付也可以。以后等他挣钱后，也一定让他把这笔钱还上。这样做不是多此一举，而是让他知道承担责任。如果不管他做错了什么事，你们都替他包揽下来，孩子将来有可能会闯下更大的祸。”

我说此话不是危言耸听，讲的是实情。听了我的话，男孩的父母觉得十分有道理，频频点头说回去按照我所说的做。

我想，若是高个子男孩的父母在儿子第一次和别人打架时，或者做错什么事时，就让他自己承担不良后果，假如说孩子年龄小，无法承担，也让他明白这是自己应该担负的责任，那么男孩也不至于现在会把人严重打伤，还像个没事人一样。

父母爱孩子无可厚非，父母对孩子的关怀无微不至也可以理解，但是如果父母将孩子的事情全部包办，甚至替孩子承担过错就不对了。

如果孩子每天都过着养尊处优的生活，又怎么能培养责任心，并且勇于承担自己的责任呢？这样的孩子只知道索取、不懂感恩和付出也是必然的了。

所以，想要培养孩子的责任心，父母就要放弃包办，让孩子做一些力所能及的事情，让孩子为自己承担责任。

尤其是在孩子做错事时，父母让他明白要承担责任，独自收拾残局，这有利于培养孩子的责任心。另外，让孩子参与家庭中的事情，也是培养孩子的责任心的一种很好的方式。

记得我小时候，特别好玩，一玩起来，哪里都坐都爬，即便是新换上的衣服，只要出去一趟，总是弄得浑身上下都脏兮兮的。母亲为此说过我许多次，让我不要随便哪里都坐，要尽量保持衣服的整洁，但是每次都不管用。

后来，母亲就想了一招儿，她教我学洗衣服。并且说以后自己的衣服都要自己洗。

此后不久，我便开始洗自己的衣服，体验到其中的辛苦之后，慢慢地，我变得爱干净了，不管是玩还是做事时，都时刻注意着避免把衣服弄脏。

那时候，我只知道自己这样做可能是为了少洗衣服，事实上，主要是因为我亲自洗衣服，有了主人翁的意识才如此，这是后来我慢慢长大之后的体验所悟。

因为我发现，不管是家里的事还是其他事情，我只要参与其中，就对此事特别在意，一门心思地想着把它做好，出现了问题也会积极地想办法解决，表现得十分热情。

而同样一件事情，若是自己不曾参与，就总觉得它与自己没有多大的关系，会产生一种事不关己、高高挂起的感觉。

孩子还小，缺乏责任感也是正常的，父母可以让孩子接受自然惩罚，感受一下不负责任的结果。那样会给孩子警醒的作用，让孩子学会负责。

有了这样的切身体验，为了培养儿子的责任心，在日常生活中，我让妻子分配一些小格雷力所能及的任务，让他当妻子和自己的小助手，尽可能多地参与到各种事情当中。

比如说打扫卫生时，小格雷因为小不会拖地，妻子会给他找块抹布，让他擦洗矮小的桌凳；妻子进厨房做饭时，见小格雷跟在身后，就会叫他负责把蛋糕推进烤箱；我和妻子在花园中施肥时也会给他分配拔草的任务；吃饭前，让他负责摆放餐具等。

有时候，小格雷偶尔受惰性的驱使，或因为一时的贪玩忘记了参与这些事，我则提醒儿子，他是这个家的一分子，有权利享受家庭中的一切，也有义务进行维护，小格雷便主动做了起来。

不仅如此，我还尽量与小格雷保持平等的地位，有什么事情，不管大事小事，是否与小格雷有关，我都主动征询儿子的意见，有什么心事也会说出来与他一起分享。

这样，在生活中，小格雷几乎事事参与，他的主人翁意识也因此越来越强，做事也越来越积极。

当然，若是小格雷做错了事，我绝对不会因为儿子小而找借口不追究他的责任，相反鼓励小格雷主动承担，这些都有助于培养孩子的责任心。

与此同时，我还有意识地引导儿子注意自己的角色，教他承担起这个角色的责任。

记得有一次，我感冒了，就在床上看书。这时候，我有些口渴了，听到5岁的小格雷正在屋里玩，就对他说：“儿子，给爸爸倒杯水好吗？”

“你让妈妈倒吧，我正玩着呢。”小格雷头也不回地说。

“小格雷，你是怎么当儿子的啊？爸爸病了，怎么不知道心疼照顾呢？”我故意学着儿子平时的口气说，讲完此话之后，我便放下书，眯着眼装作睡觉。

过了一小会儿，就听小格雷说：“爸爸，你喝水。”

原来，儿子听我这样说后，想了想平时我对他的照料，觉得自己也有责任照顾我，就起身给我倒水喝。

这件事情发生之后，我若是再躺着，小格雷不但知道了端茶递水，而且还会上前问候：“爸爸，你哪里不舒服？”“是不是累了，我帮你揉揉”……

看着小格雷变得越来越懂事，越来越有责任心，我有说不出的开心。

其他父母在培养孩子的责任感时，也可以从让孩子做家务入手。当然，前提条件是增强孩子对家庭责任感的认识，并且让孩子感到和父母是地位平等的。

当孩子察觉到他是家庭的主人，并且家庭也急需他的付出的时候，孩子对家庭的责任感便很容易建立。

父母也要好好配合，不要认为孩子什么都不懂，就算是和孩子没有直接关系的事情，只要是家庭问题，都可以让孩子发表意见。

对于家务活儿的分工也要明确，孩子应该做什么，要让他心里有数。在孩子完成家务后，父母可以进行检查，对孩子的负责行为进行肯定。

责任心看上去没有实际作用，实则哪方面都少不了，而且还十分重要。

在家庭生活方面，每个人都会充当着不同的角色，只有具备了责任心，才会把各个角色做到位。

在工作中，不管处于什么工作岗位，若没有责任心，再怎么简单的工作任务也难以圆满地完成。

因此，父母要在孩子小时候，就注重培养他的责任心。那么孩子将来长大后，无论扮演什么角色，担当什么任务，都会尽职尽责地做到最好。

教孩子学会约束、控制自己

有位心理学家曾经做过一个实验，他把一些年龄差不多大的孩子聚在一起，直接指着透明袋子里的糖果说：“我这里有許多糖果，你们每个人都有份儿，但每个人得到的数量多少有区别。从我的话落音算起，谁如果能忍耐 15 分钟，就能得到 5 块糖果；若是控制不住自己想立即吃，或者没有坚持到 15 分钟，只能得到两块。”

他的话音刚落，有个孩子看着那诱人的糖果，开始控制不住自己，举手要糖果吃。心理学家就按照刚才所说，给了这个孩子两块糖果，他便剥开皮，津津有味地吃了起来。

有几个孩子看到了垂涎三尺，也禁不住举手要了糖果吃。

最终，只剩下了一个男孩子，他虽然看着别的孩子吃糖果也很羡慕，不过却努力地克制着自己，一直等到心理学家宣布 15 分钟时间到了，才上前拿了 5 块糖果。

后来，心理学家对这几名孩子跟踪调查，发现他们长大后所取得的成就与当时实验时控制自己的时间长短成正比。在所有参与实验的孩子中，只有那个等到 15 分钟之后才吃糖果的男孩子事业做得最大，拥有的财富最多。

虽然这样得出的结果有失严谨，因为一个人是否成功包括了很多因素，但是自制力是不是够强，能否约束自己的不良行为，始终朝着既定的目标努力，确实在其中起到了不小的作用。

因此，父母应该尽早训练和提高孩子的自制力，让他学会控制自己的不良情绪、行为。

可是，在现实生活中，有许多父母不仅没有意识地训练孩子的自制力，相反却因为自己的溺爱，在不知不觉中使孩子变得任性胡为。

我想，可能是这些父母不了解，缺乏自制力的孩子控制不住自己的情绪、行为不说，也会缺乏竞争力，有自制力的孩子才能有好生活。

在这个问题上，朋友海勒斯也给我提供了一个案例，下面是海勒斯的记录。

我的朋友娜丽丝对女儿丽塔疼爱有加，不管她提什么要求，都想办法满足，即便觉得不合理，也不忍心拒绝。

记得有个星期天，娜丽丝带着女儿丽塔到我家玩，眼看到了中午的时间，我留她们吃饭。娜丽丝看见丽塔正和小雷多开心地玩着，就点头答应了。

然后，她和我一起走进厨房，开始准备午餐。很快，饭菜做好之后，都被端到了桌子上。

我到两个孩子面前喊他们洗手吃饭，小雷多就对丽塔说：“吃饭了，先把玩具收拾起来，一会儿再玩。”

“不，我还要玩。”丽塔拿着玩具不放手。

我走上前劝她：“丽塔，你看，饭菜都做好了，吃完饭再玩，好不好？”

“不好，我就要玩。”丽塔任性地说。

我听了，朝娜丽丝看了一眼，意思是让她来劝女儿。没有想到娜丽丝却连连朝我摆手，示意我不要再管丽塔。

我看了有些不解，走到她面前正要问，娜丽丝靠近我低声说：“丽塔平时要做什么，我从来没有阻拦过她，即便阻拦，她也不会听从的，不如就随她便吧，我们吃饭。”

听她这样说，我只好作罢，开始吃饭。

这时候，可能是丽塔自己一个人玩感觉无趣了吧，站起身走到桌子前，拉着妈妈说：“我不想玩了，咱们回家。”

“你去洗手，咱们吃完饭再走，行不行？”

“不行，现在就走。”丽塔扯着妈妈的衣服往外拉。

“丽塔，吃完饭再走好吗？”我站了起来，走到丽塔面前说。

“我现在就要走，呜呜……”丽塔说着哭了起来。

“好，咱们走。”娜丽丝看着女儿哭心疼，只好顺从她。

然后，娜丽丝不好意思地对我们说：“对不起，你们吃饭吧，再见。”说完，便站起身，带着

孩子走出了门。

我见娜丽丝如此纵容孩子，想告诉她这样做对孩子的将来不利，但没等我开口，她已经走远了，我只好另外找机会和她聊这个话题了。

孩子的认知能力比较低，有时候提出某种要求也只是一时兴起，并没有什么明确的目的。这时，就需要父母对孩子提出一些明确的要求来进行约束。

虽然这是一种比较费时的方法，孩子只能通过外界的要求在进行自我要求，但对于自制能力差的孩子只能如此。

当然，就算孩子小，父母也要告诉孩子为什么会有这些约束，要让孩子逐渐拥有评价自己的能力，渐渐地学会自制。

孩子小，做什么事情随心所欲可以理解，但父母不该不分对错不分是非地迁就孩子，而应该给孩子制定一些准则，有意识地让孩子学会约束、控制自己。

孩子小时候做事都是随心所欲，容易冲动，自制力比较差。若是父母再因为溺爱而迁就，孩子会变得更加任性胡为，这将阻碍他将来的成功。

因此，父母先要认识到自制力对孩子的重要性，同时从日常生活小事中引导孩子学着约束、控制自己，并教孩子做事尽量三思而后行，以免因为冲动做出令自己后悔终生的事情。

让孩子成为诚实守信的人

诚实守信历来是人们最看重的品质，不讲诚信的人总被视为不讲道德。而且，对于不讲诚信的人，很多人都避而远之，更别提合作了。

父母应该让孩子树立诚信的观念，诚信无大小，不论是大事还是小事，都要遵守诚信的规则。让孩子不在一些小细节上觉得诚信不重要，不去遵守，会慢慢变得对什么事情都不重视诚信，最终成为一个不讲诚信的孩子。

父母要教育孩子，在答应别人之前先想一下自己有没有实现的能力，不要大包大揽，最后又都实现不了，落得失信于人的下场。

父母对孩子诚信的培养也要从小就开始注意和引导，正确区分孩子出现不诚信言行的原因，

及时让孩子改正不诚信的行为。

但是，在现实生活中，许多孩子总是说谎，经常不信守承诺，这令许多父母感到头疼不已，甚至觉得孩子已经无可救药。

事实上，出现这样的情况，一般小部分是孩子的原因，大部分的责任则在父母。

之所以这样说，是因为许多父母没有教孩子认识到诚实守信的重要性，而且自己先对孩子不信守承诺在先，甚至于把孩子撒谎当成一种才能去炫耀……这样的话，孩子又怎么能成为一个诚实守信的人呢？

这样的事例我见过很多，就拿我的朋友安德鲁来说吧，有一次他接儿子鲁西回家的时候在路上遇到了我，不知道怎么提起了孩子诚信这个话题，安德鲁接下来就说：“嗨，现在的孩子，不诚信的很多，我的儿子也不例外，经常对我撒谎。”

鲁西听到了此话，抬头针锋相对地说：“爸爸，小孩子不诚实的多，成人不信守承诺的也多，你也是其中的一个。”

安德鲁听儿子这样说，脸一下子红到了脖子根，生气地质问儿子：“鲁西，怎么能随便这样诬赖爸爸？”

鲁西不慌不忙地说：“上次，你为了激励我好好学习，说只要达到了某个标准，你就带我出去旅游。可是，我努力做到后，让你带我去旅游。可你却推说自己忙，以后再去。这难道是信守承诺吗？”

“我那次确实是忙，并不是有心违背承诺。”听完儿子的话，安德鲁的脸更红了，小声对他解释说。

“我向你撒谎，也不是故意的，只是想和小伙伴多玩一会儿，怕你生气打我才如此。”安德鲁听了儿子这话，再也不知道该如何应对，尴尬地向我匆匆告辞而去。

我的朋友安德鲁因为自己先不信守承诺，而导致爱模仿的孩子跟着学习，才学会了撒谎，这责任当然主要在他自己。

父母如果珍视自己对孩子的承诺，孩子也就会重视自己对父母的承诺。所有的孩子最希望的就是父母能够兑现他们的承诺。有些父母以为孩子是最好糊弄的，所以经常会欺骗自己的孩子。父母的这种行为，正是在为孩子将来的不诚信行为埋下隐患。

而我认识的另外一个熟人，孩子养成了撒谎的习惯，如果说责任完全在他身上，一点都不为过。

有一天，我在路上遇到他，闲聊的过程中，他得意洋洋地对我说：“我觉得我的儿子长大后，一定能当个大政治家！”

初听此话，我有些不以为然，因为他的儿子我见过，是个小胖子，平时特别贪玩、爱吃，学习成绩却是一塌糊涂，这样的孩子长大后能找到工作就算不错了，哪有能力去当政治家呢？但后来又一想，或许最近一段时间，小男孩知道了努力，能力大有长进，也说不准。

因此，我问：“孩子是不是掌握了特殊的技能，或者在其他方面表现出过人之处？”

“哈哈，你猜对了！”他大声笑着说。

“能说说我听听吗？”我越发好奇，紧接着追问。

“我的儿子，昨天偷吃了我老婆放在橱柜里的鱼，为了避免被妈妈发现受到批评，他吃完之后就把鱼刺放在我家小猫的旁边。我老婆回家后，发现小猫正在舔鱼骨头，真的就认为是猫吃了鱼，还拿笞帚打了它，你说我这可爱的儿子多么聪明啊，将来当个大政治家，肯定没问题。”

听了此话，我虽然没有言语，但心里却对这个熟人嗤之以鼻。本来孩子不诚实，是个很大的缺点，可是在他眼里，竟然把它当成一种能力来炫耀，可想而知他自己也是个不怎么诚实的人，而孩子在父亲的如此影响下，怕是这辈子都难以做个诚实的人了。

由这两个例子来看，孩子是否具有诚实守信的品质，父母在其中的影响起着巨大的作用。

虽然大多数父母并不希望自己的孩子将来成为一个爱撒谎、不遵守承诺之人，但在生活中，父母总是在有意无意之间做出失信与人的事或者经常撒谎，孩子看在眼里，不知不觉中就会变得有失诚信。

因此，父母若想要孩子做个诚实守信的孩子，一定要让他先认识到这种品质的重要性，而且还要以身作则，给孩子做出个表率才行。

诚实守信，就是真实地面对自己和他人，实事求是，信守承诺，不欺骗别人。这是做人的基础，是立身之本，是与人深入交往的前提，是被重用的首要条件。

父母要让孩子早点儿知道诚实守信的重要性，同时在日常生活中给予正确引导，并先做出这方面的表率，这样多方面一起下手，更加容易使孩子成为一个诚实守信的人。

谦逊、礼让，让孩子进步更快

谦虚指不自满，肯接受批评，并虚心向人请教。有真才实学的人往往虚怀若谷、谦虚谨慎，而不学无术、一知半解的人却常常骄傲自大、自以为是、好为人师。谦虚是一种品德，是进取和成功的必要前提。没有谦虚的态度，谁也不可能学到真正的学问，也不可能拥有良好的人际关系，一切成功也就无从谈起。

古今中外那些著名的成功人士都拥有谦虚的心。他们从来不把自己的成就看得多么伟大，不沽名钓誉，而是放低姿态，让自己迈进一步。

虚心使人进步，骄傲使人落后。谦虚的人总是不过高地估计自己的能力，因此他们能不断提高自己的能力，弥补自己的缺陷，因此能够取得一次又一次的成功。而骄傲的人却只看到自己已经取得的成就，并因此而沾沾自喜，从此不再谨慎谦虚地求学求知，学业也就难以取得成功的突破。

因此，父母应该努力培养男孩谦虚的性格，使他们能够时刻保持谦卑的心态，向周围人不断学习。

下面是鲁滨孙先生给我提供的他的教育案例。

鲁滨孙先生很早就开始教儿子小罗伯特学习，尽可能多地让他了解常识，掌握各学科的知识，目的是希望儿子不断地充实自己，将来更好地去实现自己人生的价值。

平时，鲁滨孙先生不仅把这个观点传给儿子，为了避免他因为自己懂得多而骄傲，时常还对小罗伯特讲谦虚才能使人进步，骄傲不但导致人落后，而且人人见了会避而远之，让他时刻保持着谦逊、礼让的品质。

在鲁滨孙先生如此教育之下，小罗伯特虽然掌握的知识丰富，但一直都比较谦虚。他在和小伙伴们的过程中，从来不提及自己会讲外语，又了解了哪些常识之类的事情。

当然，他在学校里的表现也是如此。有一次，小罗伯特的一个代课老师见到鲁滨孙先生，夸赞说：“小罗伯特这个小孩子，太让人感动了，没有想到他小小年纪，掌握的知识竟然那么多，更可贵的是，他居然是如此谦虚，从来不炫耀自己，还总把机会留给别人。”

接下来，这位教师又更加详细地说：“我上课时所提的问题，你的儿子几乎全部都能回答。但是，每次他都不举手先回答，而是把机会让给别人。直到所有的孩子都不能回答时，他才会站出来说出答案。像小罗伯特如此为他人着想的孩子，我还是第一次见到，难怪孩子们都喜欢和他在一起玩。”

听了此话，鲁滨孙先生笑着说：“没有什么。”其实心里比吃了蜜还甜。

事实上，儿子表现出来的谦逊、礼让的美德，鲁滨孙先生自己早已知晓。

记得有一次，他的伙伴到家里来找他玩，其中就有那个说话比较费劲的布罗克。

鲁滨孙先生给这些孩子先讲了一些有关昆虫的趣味故事之后，想到上次带儿子去森林观察蜘蛛的情景，想考验一下他是否还记得此事，就问孩子们：“有谁知道蜘蛛是如何结网的啊？”

孩子们你看看我，我看看你，没有人回答。唯有布罗克举手站起身之后，不知道为什么又坐了下去。

这时候，鲁滨孙先生把目光投向小罗伯特，本想着让儿子站起来说一下，没有料到他却说：“爸爸，让布罗克说说吧，刚才他站起来了，应该是了解一些。”

听儿子这样说，我转过头问布罗克：“你知道吗？”

他红着脸再次站起身，结结巴巴地讲了一下蜘蛛结网的过程，最后还说了一些蜘蛛在下雨天如何躲避的情况。

听他讲完，鲁滨孙先生带头鼓掌表示赞扬。布罗克在我们的掌声中坐了下来，这次鲁滨孙先生注意到，他身子坐得比刚才直多了，头也昂了起来，明显自信了许多。

孩子们都回家后，鲁滨孙先生问小罗伯特：“咱们那次雨天去森林看到了蜘蛛躲雨以及结网的过程，你知道为什么不说？”

“我昨天见到布罗克，给他讲了自己看到的情景。今天你正好问，他平时说话的机会就少，今天让他回答，在其他孩子面前表现一下，布罗克肯定会很开心，我就想着让他回答了。”

听儿子说完此话，鲁滨孙先生激动地把他抱到怀里，使劲亲吻了几下说：“小罗伯特，爸爸真为有你这样一个儿子感到自豪。”

说实话，小罗伯特表现出来的这种谦逊的品质在成人身上都十分少见，因此更显得弥足珍贵。而曾经发生的下面这件事情，儿子的谦逊、宽容，甚至连成人都自愧不如。

那是一个周末，附近一些父母带着孩子参加鲁滨孙先生举办的沙龙互助活动，这个活动的宗旨就是创造机会让孩子们在一起玩耍与学习，同时父母交流教育孩子的心得、经验，互帮互助。可是，初衷是好，但许多时候却总是发生意外的情况，偶尔会上演一些小插曲，这次就是如此。

孩子们在玩的过程中，比赛谁跑得快，谁的力气大。通常情况下，都是大一些的孩子，比年龄小的孩子力气大，跑得快。

可是，年龄还不到4岁的小罗伯特在与6岁的梅丽莎进行比赛腕力、跑步时，两个项目都是梅丽莎输了。

几位父母看到这个结果，异口同声地赞扬小罗伯特的身体素质好。

梅丽莎的妈妈听了，脸上有些挂不住，虚荣心导致她开始炫耀女儿身上的特殊才能，说梅丽莎能写单词，可以朗诵童谣，还会弹钢琴，等等。

梅丽莎听到妈妈这些话，在没有任何人要求的情况下立即走到钢琴前，弹了一首简单的曲子，接着站到凳子上背诵了一首《三只熊》，随后又写了几个单词。

做完了这些，梅丽莎看着小罗伯特，趾高气扬地说：“我能背诵童谣，能写单词，还会弹钢琴，你会吗？”

梅丽莎的妈妈也带着挑衅、嘲讽的口吻说：“小罗伯特，刚才梅丽莎表演的这些你都会吗？会的话过来展示，让大家见识一下。”

这时候，小罗伯特正拿着玩具兴趣盎然地玩着，听到此话，他面带笑容地摇了一下头。

看到梅丽莎母女如此炫耀自己，没有掌握多少东西却这样骄傲，鲁滨孙先生决定让她们见识一下儿子的能力，因此站起身走到儿子面前说：“小罗伯特，背诵你新学的一首长篇叙事诗让她们听听。”

“爸爸，梅丽莎愿意展示，就让她继续展示吧，我觉得玩玩具很开心。”小罗伯特不为所动。

听到此话，鲁滨孙先生十分惭愧，真觉得自己还不如年幼的儿子谦逊、宽容和大度。

那个时候，小罗伯特所掌握的知识不仅超过了同龄孩子，即便比他大五六岁的孩子也没有几个比他强。

但是，小罗伯特从始至终，不管面对谁，都表现得谦逊、礼让，若是有人想表现自己，他还会善意地给别人留下机会，成全他们。

难怪小罗伯特走到哪里都如此受人欢迎。

一个人，不管能力有多大，掌握的知识有多么丰富，但只要他四处炫耀，为此骄傲，那么他不仅难以得到别人的赞美，相反会被人嗤之以鼻，更别提愿意与他亲近，所以往往会成为孤家寡人。

只有那些知识丰富却谦逊、礼让的人，才会令人佩服，受人欢迎。

因此，父母在教孩子知识的同时，还要让孩子学会谦逊、礼让，这样他将来才能生活得更加幸福，也比较容易走向成功。

学会分享，孩子才能拥有更多

孩子不愿意和别人分享，这不是一件好事。一个不会与人分享的孩子，在以后越来越激烈的社会竞争中只会被社会淘汰。父母在对孩子的教育中，一定要重视对孩子分享意识的培养。

让孩子学会与人分享，也就是学会如何与人共同生活。一个能够做好集体中一员的人，才能够更好地被集体接纳，发挥出自己应有的人生价值。

一个懂得与人分享的孩子会更在乎精神上的收获，而不是物质上的占有。他懂得和别人分享，能够收获更多的东西，远比独占要快乐。只有在与人分享的过程中，孩子学会如何与人合作。

父母对于孩子的分享品质要越早培养越好，越大就越难以矫正。让男孩在分享中学会去爱人，也收获到别人的爱。

小孩子对自己拥有的食物、玩具等东西一般都不会主动拿出来与小伙伴分享，这是因为孩子下意识里会觉得，拿出自己的东西给别人吃或者玩，自己的零食就少了或者说吃亏了。

我的朋友萨皮克先生的儿子小德也是如此，在一般情况下，他都不会主动与人分享自己拥有的东西。

记得有一次，萨皮克先生带小德出去玩，临出门前小德拿了一个苹果吃，萨皮克先生担心儿子饿，随手又拿了一个，放在了小德的口袋里。

随后，他们就出了门。刚走出家门不远，就看到前方有一对母女。她们两人萨皮克先生认识，孩子五岁左右，名叫玛瑞，母亲经常带着她出来玩。

因为住得比较近，孩子又差不多大，他们又都喜欢带着孩子出来玩，所以很多时候都是不期而遇，比较熟悉了。

因此看到她们之后，萨皮克先生带着儿子紧走几步，上前主动打招呼：“你们好啊，出来玩呢？”

“是啊，你也带小德出来玩啊。”玛瑞的母亲回应着。

这时候，小德停下吃苹果，走上前主动说了句“阿姨好！”然后，叫了玛瑞一声，两个孩子

交谈了起来。

萨皮克先生注意到，玛瑞的眼睛一直盯着儿子手里的苹果，想到小德兜子里的那个，萨皮克先生就把他叫到面前说：“儿子，你兜子里的苹果呢，把它拿出来给玛瑞吃吧。”

“爸爸，我还吃呢。”小德看了萨皮克先生一眼，小声说，有些不太情愿把苹果拿出来。

“你吃，咱家里还有。我知道儿子向来都很大方，愿意把自己的东西与朋友分享，对吗？”听萨皮克先生这样说，小德犹豫着把苹果拿出来，递给了玛瑞。玛瑞立即喜笑颜开，拉着小德的手，欢快地往前走。

路过旁边一个小卖铺时，玛瑞的妈妈走了进去，买了几块巧克力，把它们分给了两个孩子。

萨皮克先生想：她是觉得自己的女儿吃了我们的苹果，有些过意不去，就买了巧克力。

小德有了巧克力吃很高兴，回到家的时候还一直对萨皮克先生说：“爸爸，真没有想到今天能吃到巧克力，玛瑞的妈妈真是太好了。”

“呵呵，这是因为你把自己的苹果给玛瑞分享了，她妈妈才会想着把好吃的给你。今天，你不仅吃了苹果，又吃到了巧克力，开心吗？”“开心！”儿子兴奋地说。

自从经历了这件事情，小德有了好吃的食物，就愿意拿出来与别人一起分享了。

通过这样做，孩子会学着与人分享。不过，父母教孩子与人分享的时候，一定不能强迫，否则孩子不但不愿与人分享，有可能还会惧怕与人分享，起到相反的作用。

有一次，萨皮克先生带着小德去朋友玛丽莲家玩，当时她的女儿小丽莲正在吃芒果。玛丽莲看水果盘里还有一个，就拿起来递给小德说：“小德，给你芒果吃。”

“拿来，这是我的芒果。”还没等玛丽莲送到小德手中，小丽莲就上前一把夺过了芒果，往里面一间屋子跑去。

“这孩子，怎么如此不懂事，把芒果给你小弟弟吃。”玛丽莲追着女儿，去夺芒果。

“小德不吃，别跟小丽莲要了。”萨皮克先生冲着朋友喊。

但是，玛丽莲可能觉得女儿做得太过分了，坚决要把芒果要回来，头也不回地去追。

最终，她把芒果要了回来，递给了小德。而小丽莲，从屋里走出来的时候，眼睛里却含着泪。看得出，她十分不情愿把芒果与别人分享，是妈妈硬逼迫着自己，不得已才如此。

见此情景，萨皮克先生把玛丽莲拉到一边，附在她耳边说：“你想让孩子学会与人分享，这是好事，但用逼迫的办法，怕是适得其反啊！”

“你不知道，小丽莲这孩子一直都喜欢吃独食，我早就看不下去了，今天我要让她明白，愿意不愿，都不能再像以前那样有什么好吃的就一个人独享。”

萨皮克先生听后，摇了摇头说：“我觉得你今天这样做，结果不会很理想。”玛丽莲听了不以为然，萨皮克先生也就没有再多说什么。

这件事情发生后不久，有一次萨皮克先生带着儿子去买东西，正好在路上碰到了玛丽莲母女。

远远地，萨皮克先生就看到小丽莲慌忙把手中的物品往身上藏掖，看样子是好吃的糖果或者别的小零食。

见此情景，联想到上次发生的事情，萨皮克先生觉得是玛丽莲强逼着女儿让她分享自己爱吃的食物，小丽莲才变得对与人分享如此恐惧。到了此种情况下，若再想让孩子把自己好吃的或者好玩的拿出来与大家一起分享就更难了。

所以父母千万不要这样做，同时也不能逗孩子。

我在生活中经常发现，有些做母亲的看到孩子吃零食，会逗孩子说：“宝贝，给妈妈吃好吗？”而当孩子把零食递给妈妈的时候，却把它推开说：“宝贝真乖，妈妈不吃，还是你吃吧。”

这样久而久之孩子就会认为，父母不会真的要吃自己的食物，自己也没有必要去给他们吃，对于别人也是如此认为，这样孩子很难学会与人分享。

因此，当孩子拿着食物给自己吃，作为父母或者长辈的最好开心地吃掉，孩子见自己这样做会使别人高兴，自己也会开心，愿意分享的行为就会继续下去。

当然，分享不仅局限于食物和玩的物品这些东西，还包括心情、知识、资料等等。孩子稍微大一点儿之后，父母就要让他意识到这些东西都可以分享，而且应该去分享，并鼓励孩子去与人分享。

一般情况下，孩子不愿意把属于自己的东西拿出来与人分享，是感觉到这样做自己吃亏了。可实际上，孩子与别人分享不仅不吃亏，相反会拥有更多。

父母应该让孩子认识到与人分享的好处以及重要性，并鼓励孩子去与人分享，使他亲自体验到自己这样做给别人和自己带来的快乐，孩子才会乐意这样做。

第七章 知识教育的具体意见

学问在教育中居于第二位

父母和老师们都很看重学问，大家为孩子操心的即使不全是学问，学问也是其中最主要的，大家谈到教育的时候想到的差不多也只有学问。

难怪在学校里，为了让孩子认真学习，父母和老师一致认同可以鞭答他们。大家认为孩子应该在黄金时期掌握更多的知识，我却认为所花的时间、所费的劳苦可以大大地减少，认为差不多可以从做游戏中学到。

肯定有父母要质疑，难道你要把我的孩子培养成无知的人吗？当然不是。读书、写字和学问，我也认为是必需的，不过不是主要的工作而已。

好些父母在教育上犯了一个大错误，就是认为一个大学者比一个有德行或有智慧的人更重要。对于心地善良的人，学问会增进德行与智慧，而对于品行不端的人，学问会助长邪恶与嚣张。所以，学问虽是不可或缺的，却只能处于第二位，最重要的还是德行。

那么，父母在为孩子选导师时，不能把他的知识当作唯一标准，导师品行端正，有助于培养孩子的好习惯和高尚的德行。

用游戏激发孩子的学习兴趣

孩子到了一定的年龄就该学习阅读。要想让孩子用功读书，父母就不能把读书当作一种任务强加给他们。人天生爱自由，尤其是孩子。他们不想被管束，他们之所以对某些事情感到厌恶，原因就是别人把那些事强加给他们。

强迫不是唯一的办法，父母可以设法让孩子把读书当作一种游戏、一种消遣，或是当成一件做了别的事情以后的奖励。还有，不能因为孩子忘了读书就施加责备和惩罚。

葡萄牙的孩子把学习当作一种时髦和竞争，他们彼此学习，取长补短，对知识如饥似渴，你要阻止他们都不可能。

我有一次去朋友家，他的幼子不想去读书，我就建议他们换个方法，不要让他把读书当成一种责任。于是我们交谈起来，故意让孩子听见。

我们说，当学生是长子的特权，他们只有读了书才能成为受人尊敬的绅士。而对其他孩子进行教育，是对他们的一种恩惠，读书写字本不是他们的责任，他们自己如果愿意，尽管变成无知的农夫。

打那之后，那个孩子果然受到了影响，从此以后，他就自己要求受教了。他会跑到母亲眼前去学习，还要求女仆听他读书。

我相信，这个方法在其他孩子身上也适用。但具体使用之前父母得充分了解了孩子的性情。除此之外，父母可以在孩子游戏时教他们知识，比如在色子上写上字母，这样在玩时他们就能熟知这几个字母。

孩子是可以这样被诱导去学会字母的，他们读的时候只觉得是一种玩耍。而别人要受到鞭笞才肯去学习的知识，他们自己在玩耍中就学会了。

为了使孩子快乐地成长，父母就得在这方面多费点儿心思，只要找到了引导的方法，他们就没必要强迫孩子做某些事。毕竟这种强迫给孩子造成的心理影响是一生的。

还有一个巧妙利用玩具学阅读的方法。如果我们按照皇家橡树彩票抽签所用的圆球一样，做一个象牙球，分作 32 面或 24 面，然后不同的面贴上 A、B、C 等字母。我建议你最初只贴 2 个或 4 个字母，待他学会后，再加一个，然后再学再加，直到所有字母都粘在了球上。

而且应该由别人去玩这个球，玩的时候可以打赌，看谁先掷出 A、B 或其他字母。这是你们的游戏，不要引诱他加入，否则你便把这游戏当成了一种任务。你要充分地显示出你们玩的就是一种游戏，玩完后把球收起来，别给孩子。免得孩子看惯后，使它显得陈旧乏味。

孩子用游戏的方法学会了字母后，你就可以在字母上标出发音，这样他就可以在游戏中学会发音。父母用这个方法就不会给孩子带来责备，不会让孩子厌恶书本。

如果你留心观察，就会发现，孩子学新游戏时很用心也很认真。有的父母认识到了这一点，并巧妙地运用，创造了一款新游戏。

把 6 个母音贴在骰子的 6 个面上，而把其余 18 个子音分别贴在另外 3 个色子上面，游戏规则就是，谁能用这 4 个色子掷出的字数最多，谁就是赢家。玩这个游戏的孩子们都是很热心地学会了字母。

我见到过一些孩子，连续几个小时在一起，费尽气力要把自己变成掷石子的专家。我在旁边看时就想，可惜缺乏一种良好的设计，驱使他们利用那种努力去做别的对他们更有益的事情。

至于该怎么设计游戏，父母们要好好考虑，只有愚蠢的父母才会采取简单粗暴的方式，强迫孩子做有益的事。葡萄牙的孩子为什么那么好学，肯定是父母们花了不少心思来改进教育方法，所以，子不教，父之过。

开始的时候贴在玩具上的字母大小最好跟对折本的《圣经》上的字母一样，全都不要用大写体。他一旦能读这种字体所印的东西之后，他就自然而然认识大写体。在刚开始学时，游戏花样不必太多，你先专注于一种游戏，并设法保持孩子的新鲜感。

肯花心思的父母还可以想到很多游戏来刺激孩子学习，但我暂时推荐 4 个色子的游戏，它简单易学，学习效果明显。

关于阅读，你不能强迫孩子去学习，也不能因为不认真读而去责备他。只有在关系真理和善良的问题上，你才需要严厉地斥责或鞭笞。总之，哪怕让孩子晚读书，你也不能因为方法失当使他产生对读书的厌恶心理。

让孩子去读书就像让他学字母，父母要摸索出技巧，比如告诉他，只有读书好的人才能得到别人的尊重和称赞，当然你也可以不读书，那以后你就做一个无知的、被人瞧不起的人。这个方法不奏效那你就另寻他法，只要不采取强制措施就行。

适合孩子的阅读书目及学习方法

如果孩子在你的诱导下开始学习读书，那你应该给他准备一本简单有趣的书，一方面他能理解书中的意思；另一方面他能获得乐趣，刺激他继续学习的激情。

我觉得《伊索寓言》比较适合孩子，孩子可以从故事中得到乐趣，又能从中获得道理。如果书中有插图，那就更能鼓励他阅读。

这就巧妙地利用了人对视觉享受的贪恋。孩子从图像中获得的满足是任何文字或声音都无法给予的。所以，孩子在学有关动物的词语时，可以在单词旁附上动物的图片。

能为孩子带来乐趣和教导的书除了《伊索寓言》，我还推荐《列那狐》，这本书也能让孩子在愉快的学习过程中收获真知。

父母要在孩子幼时就教给他们祷词、教义和十诫，即使不会阅读，也要尽早让他们熟悉，然后让他们熟记。

类似《伊索寓言》和《列那狐》的书还有很多，父母要仔细地为孩子挑选，诱导他们去阅读。不过现在的孩子一般都在学校受教育，学校只知道利用教鞭去威吓、强迫他们去学习，却不知道利用学习的快乐来诱导他们去学习，在老师眼中，书籍几乎没什么差别，可能除了《圣约书》《圣经》《诗篇》以外。

如果孩子按章滥读《圣经》，像读其他书一样，那他们既不会增进阅读能力，也不会确立自己的宗教信仰。因为孩子不可能从一本他完全不了解的书籍中得到快乐，更不会受到鼓励。

“摩西律”“所罗门歌”以及《旧约》中的“预言书”和《新约》里的“使徒书”，这些连大人读起来都吃力，怎么让心智还未成熟的孩子去理解呢？虽然《福音书》和《使徒列传》中的故事稍微容易些，但整个地读还是超出了孩子的理解能力。

有些大人强迫地让孩子读《圣经》，结果是他们可能知道了上帝的存在，可能熟记了教义之类的知识，但对于宗教的思想却杂乱无章。读《圣经》是一辈子的事，孩子幼时只要读自己能理解的部分就行，然后吃透并充分理解，至于不懂的部分不要逼着他去读，等大些再读就好了。

《圣经》中适合孩子阅读的部分，例如约瑟和他的兄弟的故事、大卫与歌利亚的故事，一些简单易懂的道理，如“你想别人怎样对待你，你就要怎样对待别人”。

而且这些故事和道理要让孩子反复地阅读，直到把它们记住。等孩子长大，可以实践这种规则的时候，我们就利用适当的机会叮嘱他，告诉他行事的标准要符合《圣经》的规则。

父母或导师要注意，让孩子读《圣经》原文，不可学习那些各种各样的讲义，因为讲义已经带上了个人的成见。渥丁顿博士为了避免这种情形，写了一部《教义问答》，里面的回答完全是用《圣经》上的原文。对此我们应该鼓励。

当孩子能够背诵祷词、教义和十诫后，他就可以按照自己的悟性和记忆能力，每天或每个星期学习一个问题。当他把这本《教义问答》完全记熟了，整本书的任何问题都能立即出色地回答的时候，他就可以实践圣教徒们所推崇的规则。

写字、绘画的练习

当孩子能很好地读英文后，就可以教他们写字。能够写出一手好字大概分为以下几个步骤。

首先，教孩子正确的握笔姿势。这一点是写好字的基础，父母不可急于求成。我认为意大利人用大拇指和食指握笔的姿势也许是最好的。当然父母可以请教书法老师，或那些写字好的人。

其次，开始写字前还要教给孩子纸张怎样放，手臂怎样放，身体怎么坐。

姿势学好之后，就开始让孩子写字，一开始要从临摹起步。就是找一个字体漂亮的字帖，然后印上一张纸让孩子按照字帖来写，临摹用的字帖字体要稍微大一些，因为我们一旦在白纸上写，字就会变小的。

前面的三步都要花费时间，坚持做下去。该学哪一部分就学哪一部分，不可贪多。这些准备工作都做好后，再让孩子开始在白纸上写。写字是门技术也是一门科学，其中的技巧只有长期实践才能掌握。

当孩子的字写得不错之后，就让他学习画画。

大部分绅士都会画画，一方面，可以培养他们的审美观和艺术气质；另一方面，生动的画比枯燥的文字更能直截了当地阐明自己的意图。比如，你想介绍一款服装，过多的文字只会让人乏味，图文并茂才能吸引别人的目光。

当然，我的意思并不是把孩子都培养成画家，如果孩子有这方面的天赋，父母可以朝着这个方向培养，但对于一般孩子来说，能画画就行了，不必要求过于严苛，使孩子多受烦扰。所以，画画与其他不必要的事情的规则是一样的，就是不要违反米勒娃的意思。

听人说，速记这种技能好像只有英国人知道。速记有两种用途：它的直接作用就是帮人快速记东西，间接作用就是帮人隐藏不愿公开的事情。因为人们一旦掌握了文字，就会变换或组合文字来为自己服务。

利赫先生（Mr. Rich）发明的速记法是我所了解的速记法中最好的一种。文法知识学得好的人学速记会更简单些。不过，孩子很少用得着速记，所以在孩子的字没练习好之前，不必让他们学速记。

孩子学好外语的注意事项

孩子的学习能力很强，当他能流利地说英文后，他就应该学一门外文。我推荐他学习法文，原因如下。

第一，一般老师教授法文的正确方法，就是老师用法文和学生交流，创造法语的练习情景，这比只教字母单词或语法效果要好得多。

第二，法文应用广泛，说法语的人数较多，会说法语有助于交流。

想让孩子学一门外语，就让他们从小学起，幼时的发音器官还未全部成形，学起来容易些。

孩子通常花费一两年的工夫就可以把法文写好说好，之后他就应该去学拉丁文。

其实，在现代社会中，拉丁文处于一个很尴尬的地位。拉丁文在社会上应用得很少，几乎没人再用它去交流，学习拉丁文不会帮助孩子长大后找到一份好工作，它不像写作或会计专业，这两个专业的学生社会上很容易得到某一份与商业有关的工作，但是由于习俗的影响，父母们依然把拉丁文当作教育的一个重要部分。

把孩子送进学校学习拉丁文，他们浪费着时间和金钱，学不好时还得忍受鞭笞，可事实是孩子们一旦离开学校，就再也不会用拉丁文，渐渐地肯定会把它忘记。

不仅一般的父母让孩子学拉丁文，就连商人也把孩子送进文法学校去学拉丁文。为什么父母们如此执着于这个性价比极低的投资呢？因为习俗代替了理智。在他们看来，按照习俗办事是神圣的，他们也是尊奉宗教似的践行，好像他们的子女如果不学利利（Lilly）的文法就等于没有受到正统教育似的。

父母们都热衷于让孩子学拉丁文，却很少有人关注学校教授拉丁文的方法。通用的方法就是把枯燥乏味的字母、单词、文法按部就班地教给孩子。这个方法很传统但也很落后，它不能激发孩子的学习兴趣，反而会打击学习的积极性，因为拉丁文不像母语学来那么简单，而且会浪费孩子大量宝贵的时间。

我建议这样的一种教授方法，就是对孩子像说英语似的对他说拉丁语。让孩子感觉英语和拉丁文没什么不同，英语能说好，拉丁文也能说好。孩子有了这种学习的心态比死记繁杂的文法更有用。

使用了这个方法，孩子不必受累受苦，不会受到训斥和鞭笞，而且节省了大量的时间，他们又能利用节省的时间去学地理、历史、天文等知识。所以，父母想让孩子学拉丁文，只需给孩子找一个拉丁文学得好并能落实这个方法的导师即可。

孩子应该从一些简单易学的知识开始学习，不能过早地就去接触逻辑学和玄学那些抽象的概念。

因为他们无法理解抽象的事物，思想处于混沌之中，根本不会得到启迪。如果他们思考了很长时间后，还是不能得到进步，他们就会看不起学习，或者看不起自己。他们觉得书本里除了一些艰涩难懂的字句以外，没有其他有用的东西，那他们就会丢弃书本，荒废学业。再不然，他们会认为书本或许有真实的知识，只是自己没有理解那种知识的悟性。

如果你找不到一位既能说拉丁文又愿意实施这种方法的导师，你还可以采用另一种方法。就是找一本简单有趣的书，如同《伊索寓言》之类，把英文写在一行，再把相对应的拉丁文写在对面的一行。让孩子每天反复朗读，直至完全理解拉丁文的意思。

教的时候先要使他完全熟记动词的构造，然后再去熟记名词与代词的变换，因为拉丁文的动名词不像现代的语言，字义变换就加上前缀或后缀，而是改变词尾的音节。

正确的教学方法与技巧

教导孩子时还需要注意一点，就是如果他们在学习中遇到困难，不能把困难丢给他们，父母要尽量给予帮助。

孩子提出了问题，比如句子的主格是什么，如果他们实在是不知道，那你就告诉他们。还有，当他们问“已经带走”是什么意思，你没必要去问他们“带走”是什么意思。这种教导方法徒然浪费时间，只能使他们更迷惑。

学习本来就是一件快乐的事情。他们无论学习什么都应该感到容易，感觉快乐。不管他们在什么地方停下来，而又想前进的时候，你应该立刻帮助他们去克服困难，不可加以任何斥责。

如果老师用了严苛的方法，那就说明这个老师不够细心，没能为孩子设身处地地考虑，认为自己能懂的事，孩子也会懂。而且这位老师应该反思，他的责任是帮助孩子养成好习惯，不是愤怒地用规则教训孩子。毕竟规则之于人生没什么益处，况且孩子学了规则转头又会忘记。

其实，教授某些需要创造力的知识时，老师可以故意提出一些难题，并鼓励孩子开动脑筋。但这种方法在孩子幼时不适宜使用，因为那时所有的事情对孩子来说都是困难的，老师的重大作用就是尽量使一切事情变得简单。

尤其在文字方面，最不应该让孩子感到窘迫。因为学文字就得记忆，如果孩子感觉很困难，他们很可能会丧失信心，半途而废。至于动脑钻研文字，那是大人该干的事，不该把这些负担加到孩子肩上。

老师要帮助孩子排除困难还有一个理由，就是孩子的接受能力有限，通常一次只能接受一种思想。

一个孩子的头脑中无论有什么事情，那件事情就能占据他的心，尤其是当有了那件事带来的某种情感时更是如此。所以，老师要想孩子专心致志地接受想让他们学习的思想，那么老师就要帮他们排除其他一切烦恼。否则，孩子心情烦躁什么都消化不了。

况且孩子生性爱好新鲜事物，一旦遇到好玩好看的事物就急于尝试，尝试过后立刻就又腻了。孩子只有对能带给他们持久快乐的事情保持关注。

所以老师要想让孩子学习，就不能让他们遇到太多困难和痛苦，并且想办法增添学习的快乐。

如果学生在学习时有一点儿走神，一般老师都会轻则训斥，重则惩罚，强迫他们把心思放到学习上，但这种方法一定会产生相反的结果。

学生受到了训斥或鞭笞后，他的心理上产生了恐惧，身体上产生了痛苦。他肯定口服心不服，表面上学习就是为了做给老师看，至于心思放在哪里，反正不是在学习上。

对于这种情形我相信好多人都有同感，回想起自己以前受了父母或导师的训斥后，思想是何等混乱，心里充满了恐惧，导致不会再集中注意力学习任何东西。

父母和导师为了使孩子畏惧自己，进而服从自己，一般会用成人的威严和专制去管教他们。当父母和导师俘虏了孩子的意志后，就应该少用训斥或鞭笞，免得让自己成为惊吓小鸟的稻草人，使得孩子一见自己就害怕。

严酷的方法可以克服孩子的顽固，纠正他们的过失，但对他们的学习是没什么好处的。因为严酷会给孩子带来身体上的痛苦和心理上的恐惧。这不仅会在肉体上留下伤痕，还会对脆弱的精神产生强烈的影响。他们的思想被扰乱了，就不会心平气和地学习。

你要想让孩子从内心接受你的教导，或认真学习，你就应该使孩子保持一种平静的心情。

老师成功教导孩子的关键是保持他们对学习的兴趣，进而将注意力持续地倾注在学习上。要达到这个目的，需要做到以下两点。

第一，以各种方式明确地告诉孩子或暗示孩子，老师所教授的东西能帮助他们成为优秀的、有能力的成功人士，否则他们只能碌碌无为，做一个平庸的人。

第二，以和蔼的态度对待孩子，让他们知道老师做的一切都是出于爱，一切都是为孩子。

只有当孩子无视老师的劝诫，顽固地犯错误时，老师才能用粗暴的惩罚来改变他们的这种心理。而对于其他过失老师都应用温和的方式对待。但孩子为什么有时候很倔强呢？这不仅与他们的本性相关，还与老师不必要的、不适当的惩罚有关，性情暴躁的老师容易教出性情恶劣的孩子。

爱玩、没有定性、见异思迁，都是孩子的天性。只要他们不是故意犯错，父母和导师就宽容些，只需平时温和地提醒，逐渐帮助他们克服缺陷。如果孩子每次犯错都招致一顿臭骂或鞭笞，那么这些本意为孩子好的家长和师长在孩子眼中会变成凶残的动物。

一旦孩子产生了这种心理，他们更不会服从家长的命令，一切计划中的教育目标都会泡汤。

父母和导师对孩子的温和与对他们的严厉应该保持平衡。严厉帮助孩子改正错误，克服顽固的心理；温和可以让孩子与大人亲近，孩子知道大人做的一切都是出于爱，从而懂事地做大

人吩咐做的事。

当父母教育孩子到了这种境界，孩子无须斥责和鞭笞就能出色地学习，父母也省去了很多麻烦。

学习拉丁语的正误方法

在孩子对拉丁文具备了相当的知识后，他就可以进一步去读容易的拉丁文书籍。

有人反对这种方法，认为这是逼迫孩子死记硬背，正确的方法应该是教他们背诵文法规则。

我是不认同这个观点的。人学习一个陌生东西的规律就是，在记忆的基础上理解，在理解的基础上记忆。巧妇难为无米之炊，脑子里面没东西，你拿什么来思考。所以，前期的背诵是必需的。

而且文字不是由规则创造的，有了文字才有了规则。孩子脑子里记下了东西，并能用它们来交流，只要多加练习他就能发现其中的规律，并且能更加娴熟地运用。

也许有人对此要问，难道文法的规则就没用了吗？那些关于名词和动词的变换、句子构造之类的知识，全是人类的无用功吗？当然不是，文法有它的地位，但我认为复杂的文法带来了许多不必要的麻烦，你看实际应用中有多少会涉及文法，很少的。所以，学语言从文法学起的孩子很累很辛苦。

和文法相比，背下来的文字却在生活中很实用。那些绅士或大家闺秀也不会用文法一板一眼地组织语言，然后蹩脚地表达出来，这完全有失风度。有些人不知道动词的时态，不知道名词的变换，却依然谈吐优雅，行为得体。有些人认真学了文法却经常冒犯别人，行为粗鲁。

所以，要想使孩子拥有良好的礼仪，没必要非得让他们学文法。那什么人该学，什么人不该学呢？

第一种人，他们学习文字的目的是为了正常的社交，也就是除了交流以外没什么特殊的目的。我建议这样的人可以采用会话的形式来学习文字，文法自然是不需要的。这样他们既学会了文字，又掌握了可以用来交流的会话，达到事半功倍的效果，大大节省了时间。

第二种人，他们以文字为生，文字之于他们不仅仅用来交流，还用来展示自己的良好修养和碰撞思想的火花。

我建议这样的人应该学文法，而且要好好钻研文法，尤其是母语的文法。当你达到炉火纯青的境界时，就能真正将文字为己所用，时时刻刻都能说出得体的言辞，并把自己的话说得完

美无瑕。

如果你话说得没规矩，人家会嘲笑说你没教养。一般教养良好的绅士才会对文字有苛刻的要求，但他们通常会费力学习外国的文法，而对母语倒显得很轻视。绅士们的这种倾向是文化使然，是教育制度使然。

可是母语是天天要去说的，说得怎样才是评判你有没有教养的标准，即使他们用心学过外语的文法，可日后不一定会说这种外语，到头来似乎是得不偿失。

你说一个本土英国人，如果他的英语说得一般，而法语却很好，那我们是该称赞他还是该嘲笑他呢？

第三种人，他们以研究文字为职业，以精通文字为乐。毫无疑问，这样的人最应该认真学文法。

但大家不要会错意，认为我贬低了希腊文和拉丁文的价值。恰恰相反，我承认这两种文字很有价值，真正有学问的英国人没有不会这两种语言的。

不过，如果出于求知或敬仰的心态想接触希腊文和拉丁文，绅士大可不必学习繁杂的文法，通过阅读名著得到的知识，完全能够满足这样的要求。如果真有研究文法的必要，那就去研究。所以，学不学文法，学到什么样的程度，全取决于自身的需求。

那我们应该在什么时候学习文法呢？这得因人而异，因时而异。

对于一个已经会说那种文字的人，你可以随时教给他文法。因为他已经熟悉了那种语言的特点，对文法接受起来不会存在太多困难。

古代圣明的国君会把文法当作深化本国文字的手段，从而让本国人更珍视它。众所周知，希腊是文明之邦，那里的人民把别国人都看成野蛮人，对别国文字也看不起。罗马人虽然崇尚希腊文明，却坚持用自己的罗马字，可见一个国家对自己的文字是何等重视。

文法的作用不是教人怎么说话，而是教人怎么正确说话，也就是如何润色语言。所以，文法是修辞学的重要组成部分。

一个人如果想学好一种外语，或他学习的专业是修辞学，那他必须要学习文法。如果一个人只是出于兴趣，并不想精通某种外语，那他就阅读这种语言的书籍，文法实在没必要学习。如果一个人的职业用不到法语，他又不想用法语演讲，那么这样的人更没必要浪费时间学文法。

如果孩子的教育中必须有一门外语文法的教授，那我建议父母不要在孩子刚学说话时就教文法，要等到他们会说这种语言，有修饰语言的必要性时再教他们。

前面说到过，为了帮助孩子练字和熟识拉丁文，可以让他抄写有拉丁文翻译的书籍，但这种工作枯燥乏味，而且很难学到真正的知识，所以这只是学习外语初期的工作。等到孩子学到一定程度，你可以采取另一种方法。

比如，你让孩子用拉丁文来表达某种动物或植物，还有一些果树、木材，或者有关天文、地理的知识。总之，你就选择一些孩子比较感兴趣的并且有用的知识教给他。

教他的时候需注意，首先，不可一次讲太多东西，一方面孩子根本消化不了，讲了也是白讲；另一方面他可能会有痛苦的感觉，不利于他继续学习。其次，除了孩子犯了重大错误非要接受惩罚不可，一般情况下，父母平和对待孩子就行了。

以上学习拉丁文的方法只适用于接受私家教育的孩子，如果孩子在学校学习，他们肯定被最传统、最落后、最费力费时的方法折磨。其实，你可以让接受学校教育的孩子只通晓文字，不致力于构想。就是说不想让孩子成为使用拉丁文的演说家或作家，你仅仅希望他会读拉丁文。

我不提倡孩子练习作文和作诗，有如下理由。

第一，学好作文，能帮助人对于任何题目都能阐述得头头是道，或是观点犀利睿智，能帮助绅士说话得体，充满智慧。这一点不假，我也认为这是一种极大的好处。可是学校里教授作文的方法能达到这个目的吗？

孩子们的作文无非是根据某个拉丁成语，如同“爱情战胜一切”或“在战场上不能允许犯两次错误”，写一篇演说词。但这些题目过于宏大高深，孩子是无法理解的，在这种困境中，他们要么向学长学姐请教，要么自己天马行空，乱说一通。

这种情形就像他们没有做砖的材料，还非得让他们盖一座房子。

要想让一个人对某个题目发表见解，得先让他明白这个题目。否则，让他糊里糊涂地去说就等于叫一个盲人谈谈颜色，叫一个聋子谈谈音乐，你说这是发问的人可笑，还是回答的人可笑？

第二，写作时用的是拉丁文。

首先，拉丁文是一种古老的文字，已不能在现代社会中通用。也就是说，一旦孩子不学习拉丁文了，就几乎再也不会用到它了。

其次，拉丁文的表达方式与英语相去甚远，不要说学习拉丁文有助于英语的学习，它甚至都有可能妨碍英语的学习。

而且，我们英国人在工作过程中很少用到预先准备好的演讲稿。

那么，学校里教授的作文目的何在？是为将来的即兴演讲做准备吗？如果是这样，我推荐一

种更好的方法。

根据孩子的年龄和能力，提出一个他们能听得懂的话题，给他们一些时间，不让他们动笔，心里想着大脑思考就行，想好以后就发表看法。这种练习方法有两大好处：一是锻炼孩子敏捷的思维；二是培养孩子平和的心态，就是在众人面前不紧张。以上的两个优点用写作的方法是很难实现的。

除此之外，还有人为写作辩解，说作文的目的是提高孩子应用拉丁文的能力。这一点纯属妄想。当孩子根本看不懂话题时，不可能学到句子的意思，当他们苦思冥想说点儿什么时，也没能学到文法。

学习一门语言本身对孩子就是一个挑战，你还用写作来给他们制造困难。最终导致一团糟，孩子白白被耽误。

总之，要想提高孩子的构思能力，那就让他用母语写作，因为他熟悉母语，能读懂题目，能写出东西，甚至有可能写出思想深刻的作品；要想让孩子学拉丁文，就采用最简单的方法去学，用不着写演说词这类的辛苦工作，用不着使心里备受煎熬。

我反对用拉丁文作文，我更反对用它去写诗。

对于没有写诗天分的孩子，明智的父母会把他培养成画家、音乐家或运动员，只有愚蠢的父母才会一意孤行，让孩子接受无意义的诗文教育，以致耽误孩子的大好前程。

对于有天赋的孩子，从他的长远考虑，父母可以允许他把写诗当成一种爱好，但当作毕生的职业是很不稳妥的。

历史上的诗人们确实能写出或凄婉或激昂的诗词，我们也能从他们的诗词中找到了情感的寄托，但这些理想主义的诗人大多贫困潦倒，没有身家财产，怎么成家立业；一般人只想从他们那里找寻快乐或是安慰，有多少人真正关心过他们的生活。诗人从一开始就染上了悲剧的色彩。

当然这只是片面的考虑，写诗还可以激发孩子的想象力，可以增加他们的艺术气质。如果孩子执意想学诗，那就让他先阅读一些希腊和罗马经典的诗篇，然后从英文诗作起，不要先写外文诗，即使写也不用拉丁文。

在教授文字方面，学校的老师更倾向于让学生背许许多多的作家。我不知道始作俑者是谁，更不知道它有什么益处。

我知道学好文字要依靠广泛的阅读和交流，岂是熟知多位作家就能轻而易举学好的？背过这些知识，只是徒增外表的装饰，于内心的修养无益。一个没有真才实学的人，在比他们更无知的人面前还能炫耀，到了真有学识人的面前，那真是班门弄斧，对比之下，自己知识匮乏，

精神空虚。

记住那些花里胡哨的知识是没用的，而那些结构紧凑、文字优美的文章是可以记忆的，一方面增强记忆力，另一方面增进学识。所以，老师要有选择性地为学生挑选文章记忆，不能不论好坏全背了，这样会增加学生对书本的厌恶。

社会上有一个普遍的共识，就是只要让学生熟记书本知识，就能增强他们的记忆力。但凡有一点儿科学常识的人都知道，熟记或许能暂时性地帮助学生记住大量的东西，比如，可以帮他们应对考试，但考完后以前记住的又都忘了，所以这种不能从根本上增强记忆力。

记忆的强度根源于体质，不是通过普通的记忆就能改变的。学生熟记一篇一篇的拉丁文后，大脑不能帮助他们熟记其他的东西。因为如果是这样，人人都成了记忆天才。

薛西斯（Xerxes）以自己超凡的记忆力闻名，因为他能记住军队中十多万士兵的名字，他的这种非凡的能力绝不是小时候通过熟记课本得来的。

我们总对某些事情刻骨铭心，因为我们提醒着自己一定不能把它忘记，于是每天都要把它回想一次，渐渐地我们对这件事的印象越来越深。

既然这种方法能帮助我们长久地记下某些事，那我们可以用这种方法来锻炼记忆力。就是对你要记住的东西给予充分的注意力，从心理上重视它，如果事务繁杂，那你就摸索出规律，按照一定的方法和顺序来记忆。

孩子记忆书本知识的初衷是为了应对考试，等考试结束不久，他们就会把这些知识忘得一干二净。这样既无益于增强记忆，也无益于训练孩子的心理。

对于一些表现智慧或强调做人做事原则的句子，孩子要铭记在心。父母可以通过经常给他们讲句子中蕴含的道理，从而帮助他们时时回想，进而让他们熟练地记住并实践。这是增强记忆的唯一方法。

时不时地回想一些哲理，就像有一位圣人给予提醒或指点，帮助偏离正轨的思想重回轨道。所以，父母不妨每天都为孩子选一些有益的事情来记忆。这些事能指引孩子走上正途，能帮助养成孩子运用心智的好习惯。

我在这里需要再次强调一下前面提到过的观点，就是在孩子的教育中，德行和善良的品质最重要，而学问和文字次之。父母和导师的主要精力也应该放在如何培养孩子端正的品行和谦逊的性格上面，学问方面不用急于求成，因为孩子的人格基础没打好，渊博的学识最终会助长恶劣的品行，毁掉自身，危害社会。

大家都以为学习拉丁文是一件重要而又困难的事情，我这里还有一个简单实际的方法。

母亲买一本用拉丁文写成的《圣经》，并根据拉丁文的发音规则在书的每一页都标上指示音标的符号，在孩子会读拉丁文后，母亲每天可以抽出两三个小时时间陪着孩子听他读《圣经》，这本书完全掌握之后，就让他读《伊索寓言》等书籍。

父母为孩子选择的导师，他所具备的知识应该远远超过拉丁文和一般的科学常识。高尚的品德、谦逊的品质、沉稳的性格、和蔼的态度都应是选导师的标准。

一般文化课的设置和学习

前面提到过，父母和导师可以用算术、地理或天文等知识引导孩子学习语言，这种方法一举两得。一方面孩子学会了语言，另一方面孩子掌握了更多知识。

关于各学科的课程，我认为孩子应该从地理开始学起。

参照地球仪或地图，让孩子熟识并记忆地球的形状，七大洲的位置与分界，还有世界上各个国家的位置与形状，这些常识他们都很喜欢，学着记忆也不是什么困难。

我的邻居家的一个小孩就是按照这个方法学地理，他不到 6 岁就能把地图上的全部熟记，你提问，他就能立刻在地图上找准任何地方。

当然，地理学内容丰富，不是这一点常识就能涵盖的，但这样的初步学习是一种深入学习的准备，也能帮助孩子识文断字。

孩子已经熟记了各个国家的位置和七大洲、四大洋的概况后，就可以着手学习算术。

算术是一种最简单的逻辑推理。它在工作和生活中应用广泛，小到在菜市场买菜，大到国家财政预算，几乎所有的事情都离不开算术。所以，一个人无论如何都应该会点儿算术，并且学得越早越好。

父母可以每天训练孩子数数和算数，等他学会了加减法，就教他辨识地图和地球仪上的经纬度，教他如何根据经纬度来记忆各个国家，对照地球仪熟记各个经线圈、纬线圈，尤其是赤道。

等他把这些都弄清楚后，你就可以教他各种星座的形状和位置，先让他熟记天球仪上的各种图片，然后让在天空中寻找对应的星座。

孩子学好星座之后，你就教他行星的知识。你应该以哥白尼的日心说为指导，让孩子从一开始就学习真理。你要教给他各个行星的位置，每个行星都是围绕太阳转，行星的运行都有周期等知识。让孩子以简单易懂的方式学到最正确的理论。

由易入难，循序渐进，是学生学习的规律。所以，你在教授时，要从最简单的知识入手，等孩子的基础牢固后，再逐渐加大难度。这样既能让孩子学到知识，还能让孩子动脑思考。

我建议你在每教完一种新知识后，可以组织一次“角色互换”的游戏，就是你当学生，孩子当老师，或直接让孩子教别人，这样一方面可以检验学习效果，另一方面鼓励孩子进步。

孩子学会天文和地理后，你就可以教他几何，主要以欧几里得的前 6 本书为教材。因为学会了这 6 本书后，剩下的书孩子完全有能力自学，而且，全学完也是没必要，所以，孩子不用在这里浪费过多的时间。

孩子最应该花大力气学习的还是天文和地理。在这方面，如果导师能够充分了解孩子的学习能力，那在适当的时候，导师就及早开始教授。至于教什么内容，导师只需遵循一条规则，就是在孩子感觉和视觉范围内的任何事情，若是有助于提高他们的记忆，他们就可以学习。

比如一个孩子如果知道了自己的家在什么地方，那他就可以根据地图去学习赤道在哪里、美国在哪里、欧洲在哪里等知识。但要注意一次不能学太多，基础牢固后再继续学习。

孩子学好了地理学有助于年代学的学习，因此这两门课程可以同时学。你可以从历史的沉淀，也就是各种地理现象，得知整个时间的进程，尤其是历史上的几个重大时期。依靠地理学和年代学，人们可以把杂乱无章的事件按照时间顺序讲成一段故事，从而知晓那个时代的风云变幻，而后代也能够以此为鉴，不重蹈覆辙。

关于年代学的教材，我推荐《年代学要略》，在这本书中作者把著名的时期全用朱历（Julian Period）来表示，这是年代学上最简明可靠的方法，学生吃透这本书，年代学就可以学得很不错了。

年代学的学术性争论有很多，我建议大家没必要关注这些，更不要参与其中，踏踏实实地做好自己的学问就行了。

历史是一面镜子，我们可以从中清楚地看到每一个时代的荣辱兴衰，有些事我们引以为豪，有些事我们引以为鉴。历史就像是一位时时刻刻都在的老师，总能在工作和生活中给我们指导，所以孩子必须要学历史。

孩子学会了年代学，再学历史时就简单多了。他们会按照时间顺序，品读自己感兴趣的那段历史，尤其是拉丁文的历史，孩子要多学点儿，因为在学历史的同时学习了拉丁文字。

有些孩子为了学习罗马文字，被指导去学习罗马的演说词或诗篇，这些内容过于艰涩难懂。他们应该从比较简单的书籍入门，如查士丁、攸特罗彼阿斯等人的书籍，读懂后再读难度大的书。

所以，让孩子从简单易懂的历史书读起，渐渐地他就能读懂杜理、维吉尔（Virgil）和赫雷斯的书籍。

关于德行的知识，孩子应该通过实践获得，记忆各种规则纯属白费力气。孩子可以从《圣经》上学习到良好的习惯和可贵的品质，如珍重名誉，限制欲望，至于还学不学其他关于道德的论文，学不学伦理学，我不知道。

人权、法律方面是比较难懂的，孩子得有充足的知识积累。他就可以读懂杜理的“职务论”，普芬道夫（Puffendorf）的《论人及公民的责任》（*de officio hominis & civis*），这样，他还可以读格劳秀斯（Grotius）的《论战争及和平的法律》（*de jure belli & pacis*）、普芬道夫的《论自然及人类律》（*de jure naturali & gentium*）。

这些内容孩子全明白之后，他就能知道人类的自然权利和社会的起源与基础，并由此产生主人翁意识、使命感和责任感。

绅士应该对民法与历史潜心研究，不说非得有什么造诣，但最起码要很精通。这样的一位绅士，如果熟知拉丁文，又能写一手好字，那他肯定会谋得一份体面高薪的工作，并时时得到别人的尊敬与欢迎。

生活处处都需要法律。小到邻居间的争执，大到国家间的纠纷，法律无处不在。一个有德行的绅士，追求真相，明辨是非，那他肯定得学法律，学会用公平正义办事，而不学投机取巧的伎俩。

对于不以法律为职业的绅士，研究法律的正确方法是，研读英国古代关于习惯法的书籍和近代论述英国政府的书籍。理解英国的宪法和政府，这样，再攻读讲英国历史的书籍，侧重阅读不同统治时期的法律，了解法律的历史发展，明白为什么实行现行的法律。

修辞学和逻辑学这两个学科与文法相辅相成。我不提倡学文法，我也不提倡学这两个华而不实的学科。

首先，我没看到这两个专业的学生在推理和言谈方面有什么出类拔萃的表现；其次，如果想让孩子锻炼高超的推理能力，我建议他研读契林渥斯（Chillingworth）的作品。如果你希望孩子话说得好，我建议他拜读杜理的作品。同时，他还可以记忆一些英文美文，润色自己的语言。

所以，孩子们对于修辞学和逻辑学只要了解它们的大概体系就足够了，没必要浪费时间深入钻研。

口语和书面语能力的培养

逻辑学不像它的名字，听起来很正统、很有用，它教给学生的无外乎争辩的技巧与程式。深受这种文化熏陶的学生渐渐地会把争论当成一种习惯。

在不断地争辩中，学生很容易变得自负、傲慢。更坏的是，他们会怀疑一切事情。

他们为了争辩而争辩，道理不仅没有越辩越明，反而被践踏、扭曲，为了取得争辩的胜利他们只好创造真理。就是无论对方的回复如何有道理，他们都不肯认同，还用模糊的言辞引起口角，无休止地争辩下去。

在他们的眼中，辩论不是为真理而是为了使对方服从自己的诡辩，只要对方服从自己就取得了胜利。

这种交谈方式明显是一种挑衅，是对人的一种轻视与冒犯。懂礼仪的绅士万万不会这样做。如果父母想培养孩子敏锐的判断力，并根据真理公正地明辨是非，那么，让他去学逻辑学只能适得其反。

一个绅士不能用得体的语言恰如其分地表达自己的想法，这是要被人耻笑的，可生活中这种可笑的情形还是经常出现的。

尤其是世家子弟，虽被标榜为绅士，可不能把任何事情叙述清楚，连个小故事也讲不出来。他们可是学过修辞学的，但是修辞学不教给他们怎么用组织有序的语言表达他们的想法。

把话说得漂亮，不是记下多少规则就能办到的。这是一种技能，必须通过实践才能熟练掌握。当然，如果孩子身边能有一个说话得体的榜样是再好不过的了。

父母通常在孩子睡觉前给他们读故事，受此启发，我建议父母和孩子可以角色互换，让孩子给父母讲故事。

孩子可以讲他们所知道的任何故事。父母就仔细聆听，并帮助他们改正可能会出现文法错误。父母还可以让孩子参考《伊索寓言》之类的书，来学习书中有趣的叙述方式、有组织性的语言和紧凑的结构，直到孩子能完整地讲述一篇没有错误的故事。

当然，孩子可以讲故事，也可以写故事。写故事那就需要真功夫了，他们可以还把《伊索寓言》当作教材用，如果想要更大的进步，那就拜读杜理的书籍。

杜理的第一部书是《论创造》(De Inventione)，书中的小故事可以当作范文来模仿，还有书中第 20 章节总结了一些规则，也可以拿来学习。杜理学识丰富，能落笔生花，能口吐莲花。总之，研读他的书，必能受益不少。

当孩子能用连贯、通顺的语言写好记叙文后，他们就可以学写信了。

刚开始写信时，孩子主要是写出正确的、能表达自己意思的、清晰易懂的内容，所以不必太在意高深的语言或客套话之类。这个要求达到后，他们就可以进一步提升写信的水准。比如，以杜理的信为范本，学习如何写好商业信函和交际信函，等等。

写信是现在社会普遍的沟通交流方式。一个人写信质量的高低直接关系到他的工作，也充分体现着他的内在涵养。信中的一次疏忽就有可能给人留下深刻印象，让人对自己的能力质疑。

所以，父母和老师要把写信当作教育孩子中的重要环节。用拉丁文作文和作诗根本没有实际作用，浪费时间和金钱不说，最重要的是让孩子备受看不懂的拉丁文的折磨，但前面也提到过一个规则，习俗超越了理智，父母还是坚持让孩子学拉丁文写作。

如果一位精通修辞学的教师不认为教学生用优美的语言来表达思想是教学任务，那么父母就不要把孩子送到他那里，还不如自己在家教他怎么用优美的语言来表达思想。

准确、清晰的写作和得体的谈吐既能显示出自身良好的修养，又能因此得到别人的尊敬和重视。那么，一个绅士应该主要练习自己的哪种语言呢？是自己的母语还是备受推崇却没什么实际作用的拉丁文呢？

我建议一个英国绅士就增进自己应用英语的水平。如果他拉丁文学得很精通，都超过了英语，那他会像一朵奇葩似的引起别人的注意，甚至博得无谓的称赞。但是大多数人都不懂拉丁文，他肯定不能用拉丁文和大家交流，关键时刻还是要用英语。

拉丁文和希腊语更适合学者，普通人还是掌握母语更妥当些。

文明的国度都很重视母语。一方面，他们设立专门机构甚至大学，由智慧的学者钻研如何继续保持母语的的魅力，如何激发国人学习母语的热情；另一方面他们对国语引以为豪，因此排斥外语。

比如希腊，这个国家的文化为世界所推崇。其实，他们的文化也借鉴了各种文明的精华，却在吸收外来文化的过程中明智地保留了希腊语。他们就认为所有外语都是野蛮的，因此不会重视它们，也不会研究它们。

关于语言，我再次强调一遍，希腊文和拉丁文有价值，值得学者和绅士学习，但如果想用不错的语言发表自己的主张，展示自己的思想，那就好好研究母语。

让孩子学点儿自然哲学

大自然的智慧是超凡的，人类对此望尘莫及。人类可以从大自然中找到规律，但绝不可能理解甚至超过大自然的智慧。正是怀着对大自然的无限敬仰，人类才创造了关于自然的哲学。

对于自然的研究，大致分为两个方向：一个是精神方面，另一个是物质方面。

关于前者，大家比较熟悉的可能是玄学。无论被称作什么，精神的研究应该在物质之前，但不能像研究一门具体科学似的，你要把精神研究当作寻求人类智慧、启迪人类心智的一次精神之旅。

除了上帝和我们自己的心灵以外，我们所具备的其他精神都是上帝通过启示的方式给予的。为了做一个精神丰富的绅士，精神的研究必不可少。

为达到这个目的，我建议为青年人写一本《圣经史》，书的内容就是有助于培养他们高尚情操和坚强意志的东西。市面上虽然有很多关于《圣经》的解释版本，但质量参差不齐，这样一本正统的书免得单纯的青年人深受其害。而且帮助他们接受高尚精神的沐浴，从而形成精神的正确概念并树立自己的信仰。唯一的不足之处就是他们无须太多思考。

《圣经史》最好有一些简单易懂的提要，就是孩子到了能够阅读的时候就能理解的东西，让孩子尽早形成精神的概念。

前面提到过，孩子身边的成人，尤其是仆人，为了让孩子听话，常常编出一些妖魔鬼怪吓唬他们，如果他们没有关于精神的正确概念，就会在心理上形成错误的恐怖印象。一旦形成畏惧的、紧张的阴影会伴随一生，给精神造成巨大压力，甚至会影响正常的生活。

我认为精神的研究应该在物质的研究之前，理由如下。

物质时时存在，处处存在。即使不特别研究它，它也对我们产生了不可小觑的影响。它容易让我们的心理先入为主，以为一切都是物质，从而凡事从物质出发，忽视精神的作用。更何况自然界中的所有现象不能都用物质来解释，比如地心引力的问题，这怎么用物质来阐释？我认为这就是一个绝对存在的意志在起作用。

关于诺阿（Noah）时代的洪水，社会上有种类繁多的解释，但没有一种足够完美。那是因为他们都从物质方面考虑，如果假定是上帝暂时把地心引力的中心改变了，这种解释简单易懂，只不过是精神层面考虑的。

对此，肯定有人会说，照此解释洪水应该是局部的，而且如果上帝将地心引力的中心绕地球几圈，那么地球上的每个地方都会暴发洪水。这样的推理与解释比摩西的理论和其他的说法都容易多了。

但我们讨论的主题不在此，这用来说明我们解释自然现象的时候，不能片面考虑物质及其运动，还应考虑精神的力量。对此，我们还可以从《圣经》上所说的精灵及其伟大能力学到这方面的知识。等到掌握的知识足够时，就能解释《圣经》上所记载的各种洪水现象。

怀着对大自然神奇力量的向往与崇敬，关于自然哲学的各种学派积极活跃地发表见解。正是因为自然哲学这种依靠思辨而产生的多样性和不确定性，这类学科不能当作具体科学来看待。

学习自然哲学的目的在于懂得各种假设，明白各派的主要观点和术语，而不是寻求对自然现象科学的、广泛的知识。这似乎没什么实际作用，其实这只是表象，你想为什么好多人对此孜孜以求，肯定有它自身的价值，所以绅士对此还是应该学习的。

比较近代一点儿的学派就是逍遥学派，它的学说曾为学校所信奉，之后又出现了微点论，这种理论在大多数事情上解释得更简单易懂。当然，如果青年人只想大概了解一下自然哲学，我建议他学习最流行的学说，比如笛卡儿学派。

自然哲学不能够当作一门科学并不代表其他关于自然的知识也不能成为一门科学。人类要想和自然和谐共处，必须研究自然的规律。而一个绅士对于自然界的事情也应该当作常识一样必须知道，这些知识能从做过大量实验并得出正确结论的科学家身上学习到，此外还可以攻读一些书籍，如波以尔先生（Mr. Boyle）的著作，还有一些有关农艺、种植、园艺的书籍。

牛顿曾说过，从实践所证实的真理中，我们可以获得关于这个世界的特定领域的知识。但并非所有人都能获得，否则人人都成科学家了。所以，你也有可能没有从各种物理学派的原则中获得多少确切的知识。

牛顿的《自然哲学之数学原理》（Philosophy natural principal mathematics）对行星世界极其重大的现象给出了清晰易懂的说明，但是有好多人都看不懂。其他的数学家证实了牛顿的理论是正确的，这就说明牛顿的书值得拜读。

至于为什么读不懂，原因肯定在自身。你在读之前要具备不错的数学知识，这是理解的基础，然后读的过程中认真钻研，最后你一定能收获颇丰。

对希腊语学习的看法和意见

说到这里，大家是否有疑问，希腊作为文明和知识的发源地，为什么我都不强烈推荐学希腊文呢？

首先我承认一个不懂希腊文的人不能算一个真正的学者。但在现代社会，希腊文除了在文化研究领域还有一些应用以外，其他方面应用得很少。

对于这种能够传承文明却应用很少的语言，我的建议是，学者应该致力于希腊文的研究，把希腊文的精华保存下来，这是这些学者的使命。

一般绅士如果想将来从事与希腊文有关的职业，那他就去学习希腊文。如果他确实找不到学习希腊文的理由，那就不要浪费时间和金钱去学一种最终会忘记的语言。

青年人接受教育，不是为了学习而学习。正确的观念是，导师要培养他们对知识的兴趣与尊重，并教他们掌握科学的学习方法，最终达到能通过主动学习提高自己的程度。

拥有最起码的语文知识是学习其他学科的基础，只有能识文断字才能理解文字的意思。你要想学习高深的知识就得进一步提高语文能力。所以，无论是平凡的人，还是知识渊博的人都得用语文。

导师要教孩子及早地学语文。第一，孩子有大量的时间学习，长大之后他们要学的事情更多，即使想学也是有心无力；第二，孩子幼时记忆力比较强，学习能力比较强；第三，孩子天性快乐，没有什么欲望、图谋，只要导师抓住孩子的特点，就能让他们用功学语文。

让孩子学好语文这是没有什么异议的，父母和导师关键要考虑的是让孩子学哪种语言。

孩子应该学习能应用到实际生活和工作的语言，至于那些不会广泛应用、孩子也不喜欢的语言，父母就不要强迫孩子去学。因为即使学了，孩子也最终会舍弃。这样一来，不就是浪费了时间和金钱吗？

下面的话是我对真正想做学问的人的忠告。

首先，凡事寻根溯源是学习的正确方法，也是求知应有的严谨态度。间接获得知识已经变了样，可能是错误的，你若从这里出发，那就是错上加错，误入歧途。

其次，你要认真拜读大师们的著作，并善于总结，达到融会贯通的境界。但你也应该有自己的思考，大师说的不一定全部正确，而且经过自己深入理解的内容会留下更深刻的印象。同时，你若能说出自己的见解，就不会落下抄袭大师的话柄。

站在巨人的肩膀，然后依靠自己的思考，你才能进步。

最后，要注意思想上懒惰，行动上也会懒惰。既然是做学问，就要耐得住性子，坐得住冷板凳。只要你的意志够坚强，求知的决心够坚定，没有什么困难可以阻挡你读书的步伐；还有一层意思，就是你要自己思考，不能吃现成的饭，一味依赖前人的成果。

应让孩子掌握的研究方法

真正想做学问的人必须严格地遵守以上劝诫，如果某个绅士想增进知识，加深造诣，也按照上面说的做是没有错的，只会让他取得意想不到的成果。

科学的方法和恒心是取得不错的学习成果的关键因素。

学习不得法的人首先不善于思考，所以他找不到学习的正确方法。在错误方法的指导下，他只会浪费精力、时间和金钱，不能够在学识上取得进步。而科学的方法却有事半功倍的效果。

所以，导师的责任不只是把各种知识传授给学生，更重要的是把科学的方法教给他们。即所谓的“授之以鱼不如授之以渔”，教给他方法后，即使没有导师教导，孩子也能自学。

要想学好历史，就得将时间牢记在心；要想学好哲学，就应记得自然的次序。这是学各个学科的技巧。但有一条规则适用于学习任何学科，就是凡事由简单到困难，由现象到本质。

培养学生对事物清晰的概念，锻炼他们辨别的能力，对他们也很有用。如果他们弄不清一些概念，就不要再死抠课本，去实践，实践出真知。

孩子应掌握哪些文体才能

绅士所应该具备的知识有一部分得从书本中汲取，另一部分得从实践中获得，就是多加练习，这些练习一开始得由老师指导。

跳舞可以帮助孩子挺拔身姿，获得优雅的举止和自信心。所以，孩子到了一定年龄就应学习舞蹈。对此，父母关键是要为孩子选一位舞姿优美又有能力把优雅的动作教授给学生的老师。如果老师动作丑陋，那就不要聘用他。

音乐和舞蹈密切相关。大家好像都很欢迎会玩乐器的人。父母就想让孩子也学习一种乐器，不知道是为了哗众取宠，还是真把孩子当成歌手去培养。但我知道音乐在学习的最末端，而学识最重要。人生本就短暂，难道父母要把孩子有限的时间浪费在音乐上？当然如果孩子有天赋的话，这可以理解。但是对一般孩子这不是本末倒置了吗？

有一句话是这样说的，会生活的人都是把时间放在娱乐上面。这里讲的娱乐不是唱歌、跳舞、喝酒，而是一种娱乐的心态，就是无论做什么事都以这件事为乐。

这对教育的启示是，父母想让孩子认真读书，就想方设法，把读书当成一件能带来乐趣的事情。这对于细心观察孩子品性和性格的导师来说并不难。

骑马和击剑被公认为孩子必备的技能。骑马，只有家境比较殷实的家庭才能承担得起。骑马有益身体健康，锻炼敏捷的反应能力；此外，还能帮助孩子习得镇静与优雅，而且让孩子对马儿更熟悉，从而为战争做准备。

至于骑马该不该学习父母得自己斟酌，但总归遵循一条规则，就是凡是对孩子将来有益的事情都应该毫不犹豫地教给他们。

击剑运动虽然有益身体健康，但却对生命产生威胁。击剑容易把人培养成好争、好战的性格。有这种性格倾向的人，认为自己击剑不错，对自己的技术很自信，甚至自大。

一旦遇到关乎名誉的事，哪怕别人只是惹了他们一下，冲动的年轻人可能就向人家发起挑战，他们固执地认为不决斗就证明不出自己的勇敢，那击剑就白学了。一场决斗下来，最终肯定是两败俱伤，已成定局的悲剧再也无法挽回。

首先，而一个不会击剑的人不会和暴徒混在一起，不会出现争吵和争斗的局面，大大避免了伤亡的危险；其次，当他被挑战，一定得决斗时，这个不会击剑的人会尽力一次刺杀过去，不会闪开对方，如果他会一些扑击的技术就更能保护自己。

而一个会击剑但并不精通的人反而会遭受更多剑锋的威胁。其实，大多数人都是普通的击剑家，只有那些把击剑当作毕生追求的人，剑术才会出神入化，最起码肯定能保护自己了。与普通击剑术相比，我宁愿让孩子学习扑击。

但击剑被公认为绅士必备的技能。那么怎样教他们击剑术，父亲要好好想一想，考虑到孩子的身体素质和性格，看他们是否能适应好战的文化，我要提醒做父亲的人，好战并不代表勇气，退让并不代表懦弱。

教育孩子中的重中之重就是培养他们的德行与智慧。有一句流传很广的话是这样说的，“有智慧，就有神性”。

德行与智慧的重中之重是教会孩子克制欲望与爱好，使欲望与爱好服从理智。要培养这个习惯，我认为用称赞与给予荣誉的方法最有效。就是父母要教给孩子荣誉和羞耻的概念，并劝诫他一生追求荣誉，厌恶羞耻。

一旦孩子做到了知荣知耻，他就会形成为人做事的原则，这个原则会时刻警告他，不能做坏事，所以即使父母不在身边，孩子也能很好地作为。

形成这个习惯，是孩子在道德和宗教方面取得成绩的基础。

技能教育的好处

除了以上讲到的种种技能与知识，我还提倡孩子学习手工技艺，至少学习两种，不过要特别专心于一种。

孩子天生喜欢有事干，所以聪明的父母会对孩子的这种爱好加以引导，从而让他们去做有益于他们自己的事情。这样做有两个理由。

首先，技多不压身。各种技能没有好坏之分，只有功能方面的差异，所以技能本身就是值得学习的。不论是从各种科学中学来的技能，还是关于农艺、园艺、铸铁的技能。

其次，有许多事情孩子是作为常识一样必须知道的，而且多加练习有益身体健康。

读书、写字及有关培养精神的功课，孩子是要花大力气去学习的。其他手工工艺需要多劳动多练习才能获得。诸多手工练习可以帮助孩子掌握几门技能，增强孩子的体质，尤其那些需要在户外做的事情，让孩子在学习之余找到娱乐和放松的方式。

至于学习什么手工技艺，全凭孩子自己选择。父母可以给他们一些指导但不能强迫他们做事。因为人人对被迫做的事都很反感，一旦父母不在身边，他们就会把这件事丢在一旁。

孩子需要学习的技艺

我很喜欢画家，但我不提倡绅士学画，理由如下。

第一，画得不好的画会被贬得一文不值，画得好的画需要耗费大量的精力、时间和金钱。如果孩子爱好画画，他就会全神贯注地画画，从而忽视其他更加有用的学问。如果孩子不喜欢画，父母还让他们画，那就是浪费了资源，也耽误了孩子去学习更适合他的技能。

第二，画画需要的是脑力劳动，不大需要身体运动，长时间地坐着对身体是有害的。孩子读书时，如果累了随时就可以放松精神，舒展身体，从而有益健康。

孩子不如去学习园艺、农艺或木工这类的技能。一方面可以当作紧张学习之余的一种放松，另一方面可以锻炼身体各个部位的灵活性和协调性。木工的工作在天气不好或气候不宜时也可以开展，学会了木工活儿，孩子就能自己制作一些有趣的小玩意儿；学习了园艺，他就能和自己家的园丁切磋切磋。

总之，我认为孩子应该学习的技艺标准是，这种技艺既能锻炼孩子的身体，又能让孩子在学

习之余获得消遣。

我提倡这种方法也是效仿了古人，他们认为体力劳动和管理国家大事可以相辅相成。

比如，犹太人基甸翁（Gideon）在打谷的时候被人发现，请他出山料理国家大事。罗马人星内塔斯（Cincinnatus）在犁田的时候，临危受命，指挥军队，抵御外敌。老加图（Cato Major）担任过罗马共和政府的要职，很有威望，但同时他对于乡村的事也很精通。

这些伟人既是功勋卓著的将军和政治家，也是精通农艺的农夫。可见，学习农艺并没有对远大的前途产生阻碍。赛拉斯（Cyrus）也说过园艺并无损皇帝的尊严，所以他曾将自己亲自种植的一大片果林给予塞诺封（Xenophon）。

认识娱乐对孩子成长的作用

被一部分人当作工作的事情是可以被另一部分人当作娱乐和消遣的。因为娱乐并不是什么都不做了，它只是换了一种工作，使精神放松。

打猎是猎人的职责，他们得早起、受冷挨饿，但是打猎是伟人非常喜欢的一种娱乐。除了打猎还有园艺、农艺、铸铁，这些事情既能让你获得精神的愉悦，还能掌握一种技能，这些娱乐方式可比做游戏或打打牌有益多了。任何人对于一种技艺有了习惯与技能就会很快喜欢它，而对一般的游戏，大多数人都会厌倦的。

一般有地位、有钱的人才会去玩游戏，比如贵妇人。这同时说明，人类是不能够完全懒惰不做事的，他们总得找点儿事做，哪怕是一些烦恼多、快乐少的蠢事，例如赌博。赌博肯定不会让人得到满足，更不会使他们的精神或身体得到任何好处。

不用妄想通过赌博一夜暴富，如果把身家财产全用在此处，那赌博就成了生意，不再是娱乐。如果赌徒偶然获得了财富，那他必然丢失了名誉。

只有因工作或生活产生疲乏的人才能寻找娱乐。娱乐的目的也就是使他们身心舒畅，振作精神。为达到这个目的，你需要做那些园艺、农艺等有益的事情。可社会上却流行着无益的、危险的消遣，比如赌博、打牌和酗酒。

这种恶劣风气大行其道的原因就是人们的虚荣心，为了炫富，为了显示自己的地位。明知道这种方式不对，为什么还有许多人效仿？一方面迫于习俗的压力，习俗战胜了理智，他们只好跟着做；另一方面是他们没有学过任何手艺来满足自己的消遣，只好做这种愚蠢的事消磨时间。

当然消遣还有好多种，只要对精神和身体无害，青年人都可以像同龄人一样享受。我希望青

年人在朋友之间要随和、宽容，不要摆出一副严肃、忧愁的面孔，朋友希望他做的事，只要无伤大雅，不践踏法律正义，他都可以帮助朋友完成。

关于酗酒、打牌之类的事，要想他们永远不沾染这些恶习，最好的方法就是让他们远离，不让他们学会玩。不过其他无害的娱乐，青年人还是可以享受的。

我认为青年人在学习之余完全可以掌握一两门技艺。他们只需要每天利用一个小时去练习，坚持下去，日积月累，他们总有一天会见到成果。青年人只要收获一种技能，就能有效防止沾染恶习。人们之所以没能学会一种技艺，不是因为没有时间，而是因为不努力。

学得一种技能，青年人就不会把宝贵的青春浪费在无意义的事情上面。这种技能不仅不会妨碍他们的正常工作，有时还会帮助他们，因为凡事都是相通的，学会举一反三，就能融会贯通。

孩子是否可以学习手艺

青年人一定不能养成浪荡的、懒惰的习惯，劝诫他们，所有的成功都是辛苦努力得来的，白日做梦会误终身。

除了前面提到的技能外，青年人还可以学熏香、雕刻以及铜工、银工。如果他在城市里成长，还可以接触琢磨宝石和抛光玻璃。只要青年人有了学习的决心和吃苦的精神，他一定能在名目众多的事务中找到自己喜欢的事。

青年人在学习之余还是有很多空闲时间的。如果你不想让他沾染恶习，那就让他尽早习得一种技艺。一个活泼的青年人不会乐意什么事都不做，一直偷懒下去，但如果他们真是这样，那父母就得好好管教了。

学会记账技能的意义

如果父母认为工匠、园艺这类的事情有失绅士的身份，那么商业算学这门技能听起来比较高端一些吧。商业算学也是孩子必须掌握的技能。

商业算学是对待财富最有力的工具。如果孩子把商业算学学得很精通，那么他完全可以依靠它创造财富。如果孩子学得一般，那么他也可以保持原有的财富。学习了它的内容，孩子在

生活中怎么去应用呢？

很简单，就是记录家庭收支状况，明确收入是多少，开支是多少，或者有没有在外欠账，有没有人借钱等事情。虽然这样做可能不会增加财富，但最起码家庭财政状况不至于到败坏的地步。虽然这门技能好像更适于商人，但我主张绅士都要学好商业算学。

孩子学会记账之后，父母不妨进一步训练他们把其他事项也都记录下来。并不是事无巨细地全都写下，只记下一个大概的内容就行了。父母教他记下的目的也不是时时查看他的钱财的流向，而是帮助他养成记账的好习惯，这个习惯他是应该一生都践行下去的。

一个威尼斯富豪的儿子知道父亲腰缠万贯，于是花起钱来大手大脚。商人知道后，吩咐账房，说以后儿子取钱的时候，必须叫他数一数，给他的数目绝不可超过他数的数目。这个方法对一般的绅士可能不是什么约束，但对一个花费奢侈的人就是极大的麻烦。

这个方法实行了一段时间后，果然有了效果。孩子开始反思，我数着要花的钱都很累，可父母们不仅要数钱，还得想办法如何挣钱，他从此知道了钱是何等的来之不易。于是孩子花钱时收敛了许多，渐渐养成了节俭的好习惯。

父母培养孩子勤俭节约和按时记账的好习惯，才能让他们对自己的财务状况很明确清晰。

关于孩子旅行

当孩子把以上教育部分做好后，父母就可以让他们旅行了。对此，我建议有条件的话，多给孩子一些出国旅行的机会。孩子可以从出国旅行中受益良多。

第一，频繁的人际交往提供了较多练习语言的机会，从而提高了语言表达能力。

第二，可以让孩子接触各种各样的人，享受到丰富多彩的文化，从而提升他们的智慧。在以后的人际交往中也会更加小心谨慎，要用不同的方式对待不同国家的人们。

孩子出国旅行的最佳时间段是 16 岁到 21 岁之间。出国旅行之前最好先学会这个国家的语言，而学习语言的最佳时间段是 7 岁到 14 岁或 16 岁，而且要选择一位导师来教授这门语言。选择导师的理由如下。

首先，这位导师在讲课过程中必然会讲到关于这个国家的其他事情，从而加深孩子对此国家的理解。

其次，孩子在十五六岁之前不会有多么叛逆和执拗，他们会比较听父母和导师的话，所以这时导师就把孩子应该学习的东西或多或少地教给他一些。

孩子过了十五六岁，也就是到了青春叛逆期，他们乐于和成人交往，同时迫不及待地想证明自己已经成人，一心想摆脱大人的管束。因此，当父母不在孩子身边时，孩子可能会因一时冲动而犯错，但如果有导师看管，他们不至于犯什么大错。

孩子十五六岁以后，逐渐有了主见，凡事都有了自己的判断，他能听导师的话当然好，可实际上，他们经常反对导师，甚至把导师当作仇敌。导师对此真是有心无力了。所以，最好是在孩子年纪较小，易受导师管教的时候，送孩子出国旅行。

又或者是在孩子年岁较长，无须导师管教，依靠自己就知道在国外应该观察哪些东西，应该学习哪些东西，从而增长自己的见识，提升自己的智慧。

我觉得好多人就是没有实行这个方法导致孩子的出国旅行只是玩玩而已，并没有获得多少知识，取得多少进步。这些孩子所获得的只是一些最肤浅的常识，如外国的风土人情、外国的美食等，这些东西只能满足视觉享受，对孩子知识的增进不能起到任何推进作用。

而且这样的人出国旅行时，往往都是别人在照料他们的一切，他们不必对行为负责，反正有导师管理，而且他们也不会动脑找自己想观察的事物，因为外国的一切对他们来说都是新鲜的。因此，他们无法练习和各种人的人际交往，无法深入地了解这个国家的法律、政治、经济和文化。

了解一个人是一件极难的事，成人在这方面有时也做不好，但这又是极其重要的事。所以，父母有必要从小培养孩子识人、知人的技巧。

出国旅行本来可以帮助孩子接触各种各样的人，为了不冒犯别人，自己就得小心谨慎行事，让孩子习惯于通过形形色色的外表来看透本质，并且能用不失风度的方法保全自身，但因为父母和导师在这方面比较轻视，再加上没有良好的方法指导，出国旅行也就与一般游玩没什么两样了。

一个想求知、想提升自己的成年人出国旅行，是很有目的性的，所以他想办法和当地的上层人士去交际。毫无疑问，这个成人肯定能学会当地绅士们的优雅礼仪和当地的风俗。

而且如果一个外国人一心想了解这个国家的政治、法律、习俗和礼仪，那么当地人一般都会很欢迎的，会很热心地招待他们，并详细地解答他们的问题。

但是被导师看管的孩子，绝不会有和上层人士结交的想法，更不会有行动。那他们就不会知道这个国家有什么优雅的礼仪，有哪些是必须遵守的。其实，一般孩子即使有这种想法，也很难找到机会，因为德高望重的人不愿意接近由导师照料的孩子。

道理虽是如此，但是习俗还是要孩子在最不适合的时期去旅行，目的也不是增进孩子的学识。

在孩子 8 岁或 10 岁的时候，父母不允许他们冒险出国，他们总想一个刚刚懂事的孩子，去接触另一个完全陌生的国家总是很危险的，但他们不知道，这些危险比 16 岁或 18 岁的时候缩小 10 倍。

孩子如果 18 岁出国，那他必须在 21 岁的时候回国，完成父母的心愿，即结婚生子。

孩子 21 岁时，父亲急着分遗产，母亲急着让孩子生子，于是父母俩一拍即合，让孩子结婚生子，皆大欢喜，但这样的父母很短视。

首先，21 岁时孩子的学业可能还未完成，学识可能还未达到一定境界。

其次，就是没有为后代着想。一个学识渊博的父亲才能教导出优秀的孩子，虽然结婚后一般由母亲照料孩子。

第九章 知识与技能教育的实践

科学训练，提高孩子的观察力

达尔文曾经说过这样的话：“我取得如此大的成绩，不是因为生来理解力惊人，也没有超常的智力，若说我比普通人有什么特殊之处，我觉得有可能是，我对那些稍纵即逝的事物能够在瞬间进行精细观察的能力稍强一点儿而已。”

由此可知，观察能力在人的一生中的重要性。父母应该从孩子出生，在他对这个世界充满好奇的时候，让他多看一些物品，有意识地训练孩子的观察力。

一些父母有可能觉得孩子在小时候什么也不懂，即便让他看到很多东西，孩子不会观察，当然也记不住，没有什么用。

我这里有一个梅亚迪女士提供的教育案例。

下面是她的叙述。

我从女儿小黛富妮身上看到的结果并不是这样的。

我是在女儿刚出生的时候想着训练她的观察力，所以把小屋布置得丰富多彩，其中还陈列了

一些艺术品，像名人字画的复制品、一些人物雕塑，等等。

空闲的时候，我就会抱着女儿在屋里转悠，用手指着那些模仿的名画，我会告诉她此画叫什么名字，好在哪里，作者是谁；走到人物雕塑前，我让女儿用小手触摸雕塑，还告诉这些雕塑都是谁……

这在不知不觉中就起了作用。

记得在小黛富妮两岁左右的时候，刚会咿呀学语，有一次我带着她到一个艺术品商店去，正在欣赏的时候，就听身边的女儿说：“维纳斯，没有。”

听女儿如此说，我迅速地扫视了整个店里的艺术品，发现真的没有维纳斯的雕像。

我正惊异于小黛富妮的观察力的时候，店主说话了：“这孩子如此小，怎么就知道并认识维纳斯雕像，而且还在极短的时间内就能观察完所有的物品，你是怎么教的？孩子是不是生来就有这方面的天赋？”

我笑着摇头，说女儿也是个普通人，店主还不相信。

事实上，女儿之所以能够辨别出维纳斯，是因为我家里有这个人物的雕像，平时我在引导她观看的时候，同时会说这个雕像的名称。

小黛富妮经过长时间的观察，自然记住了维纳斯是什么样子，能够把它与别的雕像区分开来，而且因为女儿看的东西多，观察能力也有所提高，因此能够在很短的时间内把所有的东西浏览一遍。

从这里可以看出，父母应该在孩子小时好奇心比较强的这个阶段，多带孩子出去走走，多让孩子见识一些事物，不断扩大孩子的眼界，刺激孩子的感官，让他尽可能多地观察一些物品，这样，不但孩子的观察力变得敏锐，同时还能增加他的见识。

当然，训练孩子的观察能力，仅仅让他多看、多闻、多品还不够，在孩子稍微大点儿后，父母还应该引导着孩子进行有目的性的观察，并教给孩子一些观察的方法。

举例来说，孩子看一幅风土民情画，画中有人物、房屋、草地、天空、白云等，若是预先不对孩子说观察什么，只是让他看。这样孩子观察的时候没有目的，就有些茫然，注意力难以集中。

若是孩子看了一会儿之后，问他看到了哪些东西，孩子能够回答上来一半就不错了。

可是，若是在孩子看之前，对他说看完后告诉自己画中有哪些事物，这样孩子看了一遍之后，基本上都能把画中的事物说出来。

与此同时，若是父母再告诉孩子一些观察的方法，比如按照上下顺序或者站在某一角度去看等，这样孩子就会观察得更快，观察能力自然也就得到了提高。

不过，训练孩子的观察能力是一个循序渐进的过程，一时半会儿不可能得到大幅度的提高。但是，只要训练的方法得当，效果也很明显。

在小黛富妮小时候，我曾和她经常做一个叫“鹰眼”的游戏，这个游戏的玩法很简单，取材多样化，而且随时随地都可以进行。

最初，我和小黛富妮玩的时候，用的道具是不同颜色的丝带。

具体的玩法是，手里拿着几根不同颜色的丝带，在眼前晃动一下，然后分别说出丝带有几根，分别都是什么颜色。

这个游戏我和小黛富妮交替着玩，而且还进行比赛。

开始玩的时候，无论是女儿拿着丝带移动让我看，还是我移动丝带让她看，速度都比较慢，留出足够的时间让彼此看。

这时候，一般情况下都是我赢。

后来，训练的时间长了，视觉变得敏锐了，移动丝带的速度就会加快，有时候几乎是一晃而过。这时候，女儿的观察力得到了极大的提高，我尽了最大的努力，她赢的次数依然会比我多。

除了用丝带玩以外，我们还用过别的许多物品。比如说吃坚果的时候，我会把几种不同的坚果一粒一粒放在桌子上，叫女儿看上一眼，然后让她说出有哪几样坚果；拿一个花瓶，叫女儿看一分钟上面的图案，然后说出图案上都有哪些物品，用的都是什么颜色……

有时候，甚至不需要任何道具，这个游戏也能进行。

拿我带着小黛富妮出去玩时来说吧，经过一个橱窗，然后我就问女儿从中看到了哪些物品；走过去一个人，我也会问她那人穿什么样式的衣服，是什么颜色，是否留着长发，等等。

总之一句话，这个游戏的玩法简单，随地可以取材，而且对于训练和提高孩子的观察能力十分有效，我觉得，所有的父母都可以尝试一下。

观察力就是调动感觉器官，全面、深入地去感知外在一切事物、特征的能力。观察力是通向知识的门户，是记忆的基础，是培养孩子创造力的关键因素，在孩子将来是否能够成功中起着至关重要的作用。

父母应该在孩子小时候就有意识地训练他的观察力，利用孩子的好奇心去引导他有目的地观察、辨析，教孩子充分调动各种感觉器官去接收信息，从而不断地提高孩子的观察能力。

针对性练习，释放孩子的记忆能力

英国著名哲学家弗朗西斯·培根曾说：“一切知识、智慧都需要依靠记忆去获得，没有记忆，经验就无法累积，也就没有社会的发展、人类的文明。”

事实上也确实如此，记忆在人的一生中占据着十分重要的地位，没有了它，做什么都成了问题。

好在每个孩子天生就携带着巨大的记忆潜力，从而为学习、工作、生活奠定了基础。但是，在现实生活中，在很多孩子身上表现出来的记忆力却明显有着很大的不同。

有的孩子背诵一篇几百字的课文，几遍下来就能一字不差地背诵出来；一串没有规律的数字，看了一眼便能记住；走过了什么路，一遍从此就不再忘记……

而有的孩子，一篇课文让他读上几十甚至上百遍，依然一小段都难想起来；一串数字，看了很长时间，也记不住；一条路线，走了好几遍，再走还会出错……

出现这样迥然不同的状况，极少数是孩子先天如此。

之所以前者记忆力出众，大多数则是由于父母发现了孩子的记忆素质，因材施教引导，再加上运用了科学的方法进行训练的结果。而后者记忆力差劲，主要是父母没有很好地挖掘、培养导致的。

因为孩子的记忆力虽然出生时天生禀赋差不多，但是能否得到发挥，关键要看方法是否得当，以及挖掘、训练的程度如何。

我从自身的体验以及观察别人的特点来看，虽然每个人记忆力方面的潜力大同小异，但记忆素质却各不相同。

比如我小时候，母亲看到别的孩子学习时总是读出声音，只要看到我学习时没有出声，就去数落我没有好好学习，非要让我读出声心里才踏实。可是，我按照她所说的去做时效果却不好，成绩也一直不太理想。

后来，随着年龄的增长，我偶尔默读记忆时，发现效率很高，从此我大多数时候，都采取默记的形式学习，成绩也因此提了上去。

而相反，我有一个同学，他学习什么都喜欢读出声，说这样做自己不容易分心，而且记得较快。

可以看出，每个孩子的记忆素质并不完全相同，有的记忆什么内容，默记效率很高，而若是读出声音，却不大容易记住，这是因为比较擅长视觉记忆；而有的孩子，就像我的那位同学，听觉记忆则比较突出。

由此可见，父母若想更好地开发孩子的记忆力，首先需要了解孩子的记忆素质属于哪种类型，然后因材施教、引导、开发，孩子的记忆力才能得到大幅度的提高。

再加上每个人的最佳记忆时间也不相同，就拿我来说，晚上临睡觉前看了什么内容，记得比较清楚；而有的人却是大清早时记忆力最佳。

因此，父母若想开发孩子的记忆力，还要弄清楚孩子什么时间记忆效果比较好才行。

与此同时，因为人的记忆力有着一定的规律，最初记住了内容，若是长时间不去重复、回忆，大多数便会忘记。当然，若想记忆力超强，父母引导孩子及时重复是基础。

我的同行心理学教授艾娃的女儿小达莲娜具有超强的记忆力。

据艾娃介绍，她在挖掘女儿小达莲娜记忆潜力时，不但会根据她属于哪个记忆素质类型，掌握她的最佳记忆时间去引导，而且还随时引导她及时地去重复。

比如说，在她几个月大的时候，看到什么物品，艾娃就告诉她那是什么，并不断地重复着说，小达莲娜不会说话时便能识别许多物品。

随着小达莲娜年龄的增长，艾娃经常带着她出去，把一路上看到的内容生动地叙述一遍，并叫小达莲娜根据听到的，参考着自己所看到的内容，把自己刚才所讲的复述一遍。

小达莲娜就会根据艾娃的要求进行复述，回到家之后还会给爸爸再讲一遍。通过这样一遍遍地重复，她轻易地就记住了许多内容。

当然，为了提高小达莲娜记忆力，艾娃使用的方法还有很多。

比如把需要记忆的内容，编成诗歌或者韵文的形式教女儿，这样她读起来不但朗朗上口，而且容易记住；把知识渗透到故事、游戏中，让孩子通过玩乐，在轻松的氛围下学习，也能取得不错的效果；教孩子找出所记内容之间的联系，进行记忆……

这些方法使小达莲娜的记忆力得到了有效的挖掘，在记忆方面明显表现出很强的优势。

有一次小达莲娜跟随艾娃一起去一个学校演讲。事后，有个教授听说小达莲娜的记忆力超群，就随手拿出一篇文章让她背诵，想测验、核实一下。结果，小达莲娜只看了一遍，就一字不差地把这篇文章背诵了出来。

当时，所有在场的人都震惊了，纷纷说小达莲娜是个天才。事实上，唯有艾娃知道，女儿超强的记忆力是自己挖掘、训练的结果。

孩子生来在记忆力方面都存在很大的潜力，有着广阔的发展空间。可是，虽然孩子的先天条件不相上下，但表现出来的差异却很大。

这是因为有的孩子身上的记忆潜力，父母通过有效的方式挖掘了出来，而有的孩子父母则不管不问，记忆潜力没能发挥出来，当然就会显得比较差。

父母应该在孩子增长记忆力的关键时期，想办法挖掘出孩子身上的这些潜力，这样会使他的记忆力成倍地增长，从而促使孩子更加快速地掌握知识，不断地提高智力，获得更多的智慧。

拓展想象力，给孩子无限自由的天空

想象力，看似虚无缥缈，没有什么价值，事实上，它在人们生活中却有着重要的作用，占据着不可替代的地位。

举例来说，作家没有想象力，写不出曲折离奇的作品；画家若缺乏想象力，很难画出精致的作品；音乐家若是想象力不丰富，不会创作出经典的歌曲、旋律……

有的人或许会说，科学家就不用想象力，却发明创造了许多东西。事实上，科学家所从事的活动看似比较严谨，要根据一步步的推理，一切都是基于事实。其实，科学家若不插上想象的翅膀，根本不可能有什么发明、创造。

比如说，瓦特看着蒸汽顶起了壶盖，若是想象力不丰富，不可能会发明蒸汽机；莱特兄弟如果没有想象着飞向天空，很难发明出飞机；富尔顿若是水面上的浮物视若无睹，没有一点儿想象，也不会发明出汽船；爱迪生更是因为想象力丰富，才有了那么多的发明……

总而言之，无论从事什么行业，如果想象力缺失，不会做出过于突出的成绩，很难有新的创造和发展。

在生活中，若是一个人不具有想象力，就会表现得刻板、冷漠，使快乐减少很多，生活的质量也因此大打折扣。

所以，我以为，父母不管从哪方面着想都应该想办法提高孩子的想象力，使孩子将来创造出

更大的价值，以及人生变得更加有意义。

可是在实际生活中我却发现，一些父母不仅没有想方设法地去提高孩子的想象力，相反却在无意中扼制了孩子天生的想象力。

这样的事情，我亲眼所见，而且还看到很多。

记得最清晰的一次是在一个炎热的夏季的一天，我在站台等开往匹兹堡的火车。不知道什么原因，那趟火车晚点了，我看着火车来的方向，焦急地等待着。

这时候，有一个小男孩倒挂在站台边一辆废旧卡车的后面，嘴里模仿着火车开动的声音“嘟嘟”地叫了几声，然后模仿列车员的声音说：“开往匹兹堡的火车启动了，请旅客站稳坐好，以免摔倒。”

看到这一幕，我心里一动，为小男孩丰富的想象力叫好。虽然火车晚点了，他却通过想象已经乘上了火车，并因此兴高采烈，与我的焦虑形成了鲜明的对比，我觉得自己真应该向这个小男孩学习。

正这样想，男孩的妈妈走上前说：“你这个顽皮的孩子，快从车上下来。”

“妈妈，我正在开动的火车上，若这样下去会摔坏的。”小男孩回答。

“你这孩子，淘气不说，还对妈妈撒谎，是想挨揍了吧？”说着话，顺手从路边拾了一根棍子，走到儿子面前要揍他。小男孩只好无奈地从车上跳下，刚才兴奋的表情也一扫而光，坐在站台边不停地抹着眼泪。

而男孩的妈妈看儿子老实了，就不再管他，走到一个打扮得像传教士的妇女面前，和她继续聊天。

见此情景，我走到小男孩面前，尝试着和他聊天。很快，我们便熟悉了起来，在一起玩起了各种想象中的游戏，一起度过了快乐的十多分钟。

还有一次，有一位年轻的母亲带着女儿去找我咨询一些问题。

当时，我手头有紧急的事情要做，就让她们先等我一会儿。很快，我忙完事情，到阳台喊这对母女。

此时就见小女孩抬头望向远方，看到夕阳照耀下的浮云，十分兴奋，指着外面的天空对妈妈说：“快看，那些红色的云彩多么像美味可口的冰激凌啊！”

我正要赞美小女孩想象力丰富，她的妈妈先开了口：“傻孩子，云彩又不能吃，哪能这样比喻啊！”

听到妈妈这样说自己，小女孩羞愧地低下了头，高涨的情绪一落千丈。

我想告诉女孩的妈妈，不应该这样说女儿，但当着孩子的面又不方便说，便只好开始帮助她们解决要咨询的问题。

在我问的过程中，小女孩一直都没有说话，都是她妈妈一人回答。临走的时候，小女孩的妈妈自言自语地说：“奇怪，刚才还兴高采烈，怎么现在如此沮丧？”她哪里知道，自己不经意间的一句话不但使女儿失去了快乐，而且还抹杀了孩子的想象力。

我举这两个例子，不是有意去责怪哪个人，只是想通过它提醒那些无知的父母，避免在不经意间扼制、抹杀了孩子的想象力。

我认为，家长应该有意识地去培养孩子的想象力。

许多人认为是否具有并不重要，甚至觉得想象力过强地会阻碍脚踏实地的奋斗，不利于生活和学习。

事实上，想象力在人的一生中有着巨大的作用，对孩子现在的生活、学习以及将来事业的发展都有着很大的帮助。

作为父母，要认识到想象力的重要性，注意呵护孩子的想象力的同时，还要利用一些有效的方式，主动提高孩子的想象力。有了丰富的想象力，孩子各方面都会受益。

如何让孩子爱上学外语，学好外语

一般来说，孩子们都怕学习外语，觉得它很难，成绩也大多不理想。事实上，如果使用的方法得当，又在孩子几岁时学习语言的关键期教学，会有很好的效果。

霍根先生的儿子小霍尔是远近闻名的语言天才，小小年纪就掌握了多门外语，是这方面的一个很好的例子。

在小霍尔 6 岁时掌握了本国语言的读法之后，霍根先生就开始让他学习外语，这遵循了由易到难的过程。因为方法得当，小霍尔仅用两年的时间就能用第一门外语自由地阅读文摘了。

其实，小霍尔与普通孩子无异，只是霍根先生在教他语言时方法比较科学，有一些妙招儿而已。现在我把霍根先生把自己教儿子学习语言的经验总结如下，希望其他父母与孩子能够从中受到启发并受益。

第一，让孩子多听，引导孩子用“耳朵”学习外语。

就拿拉丁语来说吧，小霍尔还在摇篮中的时候，霍根先生就轻轻地用拉丁语读《艾丽绮思》给他听，虽然儿子太小，本国语言都听不懂，但经常这样读给孩子听，就能为他学习这种语言奠定基础。

小霍尔后来学习拉丁文轻而易举，而且只花费了很短的时间就能完整地背诵《艾丽绮思》，这主要是霍根先生在儿子幼小的时候经常反复读给他听的缘故。

学校里的孩子们之所以讨厌学习拉丁语，是因为老师教学机械，只注重图表、规则和语法，很少说给孩子们听。许多孩子认得拉丁语，却说不出。这不能埋怨学生没有好好学，问题出在老师的身上。

有事实为证，在小霍尔学会拉丁语后，有一次用拉丁语与一位教拉丁语的老师交谈，他竟然听不懂小霍尔所讲的内容。可想而知，学校教孩子学习拉丁语的弊端有多大。

第二，引导孩子多练、多说、多读、多写一起下手。

教小霍尔外语，霍根先生从来不教语法，而是像他最初学习母语那样的方式教学。

首先，霍根先生会让儿子熟悉某种语言的感觉，教他一些诗歌，因为有韵律，比较容易记忆。

其次，在小霍尔掌握某种语言的一些知识后，霍根先生要求他运用到实际中，采取多种练习方式，这能有效地提高儿子学习语言的速度。一是在日常生活中多用，二是阅读用该语言所写的著作，三是写信或者写日记。

具体来说，儿子若是学习哪一种语言，霍根先生便开始用该种语言与他交流，小霍尔若是遇到了用该种语言不会说的时候，经常会改用国语，这时候，霍根先生就不搭理儿子，迫使他想办法用正在学习的语言来表达。

不仅如此，霍根先生还让儿子阅读用所学语言书写的书籍，霍根先生觉得书中的精华都在原作中，译本总会有些差强人意。当小霍尔遇到不懂的单词、短语时，霍根先生就叫他自己查字典。

除此之外，霍根先生还引导小霍尔用所学的语言写日记，给外国的小朋友写信。

小霍尔在学习希腊语的时候，给一个希腊的孩子写了一封信，并收到了回信，小霍尔十分开心，后来又往英国和意大利去信。通过书信交流方式的练习，小霍尔不但了解了一些国家的风俗习惯，而且提高了外语水平。

第三，用不同的语言读同一本书。

小霍尔喜欢重复听故事，根据这个特点，在他学会了 6 个国家的语言之后，霍根先生鼓励他用两种语言看同一本书。

比如《安徒生童话》，霍根先生给儿子买回了 4 个版本，鼓励他先看原著，再读其他的译本，小霍尔特别喜欢这样阅读，其间他不但更加深刻地领会了书中的内容，而且各种语言之间也能融会贯通，是一举多得的好事情。

第四，记忆单词时，要弄清词源。

外语中的单词，意思和写法与词源都有一定的关系。学习一个单词，找出它的词源，并把这个词源衍生的现代词都罗列出来，这样不但容易记忆，而且还能了解语言的发展规律，有多方面的收获。

第五，利用游戏激发学习外语的兴趣。

如果能用游戏促使孩子热爱学习外语，是最好的方式。

为了激起小霍尔学习英语的兴趣，霍根先生买回 13 个国家的玩具娃娃，并教给儿子用 1 种语言说“您早”，每天早上要求他对这 13 个娃娃问好。

这样，小霍尔学习外语的热情就被调动了起来，开始努力学习。在儿子的语言掌握得多一些之后，接下来，霍根先生又和儿子比赛用不同的语言讲故事，看谁会的外语歌曲多、用不同语言进行分角色表演，等等。

这些生动的教学方式小霍尔十分喜欢，在不知不觉中就促进了他的学习。

大多数孩子都害怕学习外语，可想而知外语成绩也会一塌糊涂。之所以会出现这种情况，不是外语本身难学，而是因为父母没有采取科学有效的学习方法引导的结果。

要想让孩子学好外语，首先要激发起他学外语的兴趣，再教给孩子一些学习外语的妙招儿，这样会事半功倍，孩子很轻松地就能掌握一门外语。

用游戏激起孩子学数学的兴趣

我一直强调，寓教于乐是很好的教育方式。只要有机会，我就建议父母在游戏中教孩子一些新知识、新技能，孩子也很快就能学会。

我想，这是兴趣在发挥作用。孩子学习什么内容，如果对它感兴趣，就会乐意学，而且学得快。

乔伊斯教授对儿子的教育为我提供了很好的案例。

教小琼纳斯任何一科的知识，乔伊斯教授都是想办法先激起他的兴趣，一贯采取寓教于乐的方式。像语言、植物学、动物学、天文学、地理学等知识，乔伊斯教授都是用此法，可能是因为这些学科比较容易调动孩子的兴趣，都收到了良好的效果。

数学是一门比较复杂的学科，想要让孩子对数学形成一定的概念，是有一定的难度的，在教小琼纳斯时，乔伊斯教授也遇到了这样的情况。

小琼纳斯在学习数学的时候，有可能因为数学知识比较抽象，再加上乔伊斯教授本来也不擅长这个，没能激发起儿子学习的兴趣，他在学习乘法口诀的时候就停留在那里了，第一次表现出了厌学的情绪，即便后来乔伊斯教授把乘法口诀编成韵文，小琼纳斯依然不愿意学习。

看到这种情形，乔伊斯教授十分忧心，当时小琼纳斯 6 岁，文学、历史、地理、动物学等知识都超越了小学生的水平。唯有数学，连乘法口诀都不会背诵。

儿子是不是偏科？乔伊斯教授心里时刻在想，希望他能用心学习数学，很快背会乘法口诀，进一步学习数学方面的知识。但是，乔伊斯教授知道，不能用强硬的手段逼迫小琼纳斯学习，那会得不偿失。

妻子很不理解，儿子年龄小，对数学概念不了解是很正常的，等到孩子上学以后再学也还是来得及的。

乔伊斯教授告诉她，儿子已经 6 岁了，应该引导和启发他学习数学、喜欢数学了，等到以后上学再学习就晚了。

就这样，儿子学习数学成为了乔伊斯教授的一块心病，走到哪里心里都惦记着这个事情。

有一天，乔伊斯教授去朋友哈塞先生家里，碰巧他那里有一位比较有名的数学教授菲利普，他是哈塞先生的朋友，专门研究数学，在这方面有所建树。

看到了他，乔伊斯教授像见了救星一样，把教小琼纳斯数学时遇到的困惑告诉他，并询问儿子是不是偏科。

菲利普教授听后笑着说：“孩子不是偏科，关键是你使用的方法缺少趣味，没能唤起孩子的兴趣。”

乔伊斯教授急忙向他讨教，应该如何教孩子学习数学。

他说：“数学知识比较抽象，不好理解，一定要先引起孩子的兴趣，他才愿意学。孩子最喜欢玩游戏，把数学知识融入游戏之中，应该能够激发起孩子的兴趣。”

乔伊斯教授听后点头说：“这个我知道，其他学科的知识我都是通过这样的方式教小琼纳斯，都很成功。唯独数学，可把我难住了。”

菲利普教授听后笑着说：“我教给你一些游戏方法，回去按照我这个方法去教孩子，问题就会迎刃而解。”

接着，他告诉乔伊斯教授几种玩数字的游戏，同时提醒乔伊斯教授每次和孩子玩不要超过 15 分钟，否则孩子会感觉到疲惫，同时大脑也需要休息。

乔伊斯教授把这些方法谨记在心，回到家后就迫不及待地在小琼纳斯身上应用，还别说，真灵验，儿子很快就喜欢了学习数学。

这让乔伊斯教授更加清楚地认识到，兴趣是孩子学习的动力源泉，孩子越感兴趣的事情，越会学得更认真。在教孩子学习数学的时候，一定要培养孩子的数学兴趣。

为了激发孩子的学习热情，在教孩子数学时，用有趣的方式结合多种游戏。这样，孩子在学习时总能充满乐趣，也就会爱上学习数学了。

具体来说，菲利普教授说生活中有许多可以融入数学知识的小游戏，让乔伊斯教授在平时多注意，用心挖掘，我领会其意。

比如，在吃葡萄的时候，乔伊斯教授拿一串，先数葡萄的个数，并引导小琼纳斯也拿一串，数那串葡萄的数目，看谁拿的那串葡萄个数多；剥豌豆的时候，一边快速地剥，一边数着所剥的个数，等等。

儿子愿意玩这样的游戏，多次之后，只要看到能数数的物品，乔伊斯教授和儿子都会拿来为数数的比赛。有一次，妻子挑拣豆子，乔伊斯教授向儿子递了一个眼色，他立即会意，上前抓起一把豆子，兴致勃勃地数了起来，乔伊斯教授也如法炮制，妻子看着父子俩这样，笑容满面。

掷色子这个数字游戏是罗森布鲁教乔伊斯教授做的，能够教儿子学简单的加法。具体是这样玩的，用两个色子，乔伊斯教授和儿子轮流着投掷，等它落到桌上后，看两个色子上的数字，把它们相加起来，就是这一次掷色子的分数。

轮流 3 次或者 5 次之后，计算出总分，谁的数值大，谁就赢了。若是刚好两个人分数一样，那么每人会再有一次掷色子的机会。小琼纳斯最喜欢这个游戏了，乐此不疲，但乔伊斯教授听取了罗森布鲁的建议，最多每次只玩 15 分钟，避免过长时间后造成儿子大脑疲劳。

除此以外，乔伊斯教授和儿子还做起了买卖的游戏，妻子也参与了其中，这个游戏我们玩得很逼真，目的是希望小琼纳斯能把学到的数学知识运用到实际生活当中。

小琼纳斯当店主，所卖的物品有按重量算的，有按个数算的，都和市场上物品的实际价格一样；乔伊斯教授和妻子买什么物品，也都是付真钱，小琼纳斯通过计算，扣除买物品所花的钱数，把余下的钱找给他们。

通过以上游戏方式，以前最令乔伊斯教授头疼的乘法口诀，也迎刃而解了，乔伊斯教授找到教小琼纳斯乘法口诀的窍门，把豆子进行分组，2个一组、3个一组排列起来，让儿子数它们的个数，然后把总数记录下来。

这样，小琼纳斯轻易地就明白了二二得四、三三得九的道理，并记在了心里。其他的以此类推，小琼纳斯也很快学会。

就这样，乔伊斯教授按照罗菲利普教授所教的方法，用游戏的方式激起了小琼纳斯学习数学的兴趣，他从数数、计算学到了代数、几何，以后再也没有出现过厌学的情绪。

如果你也遇到过这样的情况，也可以运用游戏给孩子创造有趣的学习氛围，让乏味的数学变得有趣，也让孩子爱上学数学。

同时，父母设计的游戏必须是多种多样，并且含有数学知识的，这样才能取得好的效果，孩子做得好就及时表扬。

游戏中的孩子大脑处于兴奋状态，注意力也十分集中，在不知不觉中就能学到很多有用的知识。只要父母用心去做，孩子会一天比一天优秀。

数学在所有的学科中算是最抽象和枯燥的内容，在教孩子学习这方面的知识时，要注意用孩子爱玩的游戏进行导入，先激发起孩子的兴趣，同时学习内容要循序渐进，由易到难，而且每次学习的时间还不能太长，这样孩子以后的学习才能进行得比较顺利。

否则，父母如果方法不当，或者强逼着孩子硬着头皮学习，很容易导致他产生厌学的情绪，不利于孩子今后的学习。

不强制孩子，让他爱上学习，自愿学习

我认为，对于孩子而言，只有自觉自愿地学习，而不是被父母催促或逼迫着学习，才说明孩子真正喜欢学习，这样学习效率也才会高。

我的邻居胡塞尔先生就是因为强迫儿子小胡塞尔学习，导致小胡塞尔厌学的。

虽然小胡塞尔学习时很认真，但在我看来，他更多是在父亲的要求下、督促下学习的，并不完全是他自愿学的。因为如果他不学习，达不到父亲的要求，就会受到父亲的批评。

在一个暑假，小胡塞尔计划与同学共同制作一艘木制的小船。当同学到小胡塞尔家去叫他，但最后却无可奈何地独自回来了。

原来，胡塞尔先生为了让儿子搞好学业，在暑假里给儿子安排了每天的学习任务，每天上午、下午都要在家各学习一个钟头，完成学习任务才能干别的。

听说这件事后，有一次在与胡塞尔先生的闲聊中，我们谈到了这个问题。

“听说你给儿子的暑假每天都安排了学习任务，但他自己并不愿意每天都学习，对吗？”我问他。

“是啊，小胡塞尔学习不主动，我就给他安排好了。他不好好学习怎么行？长大了怎么适应社会啊？”胡塞尔先生认为自己的做法理所当然。

“可我认为，如果孩子不愿意学习，家长强制他学，这样效果并不好。况且，暑假是孩子们应好好放松的时候。”

“不强制他学，他就偷懒啊，孩子不学习是不行的。”胡塞尔先生说。

我能理解胡塞尔先生的苦心，他对儿子真的非常负责任。其实，我是想说，孩子最好能自愿地学习，而不是靠父母或老师的督促才去学习。

事实上，我知道，有些孩子学习缺乏自觉性，很多时候也是父母总是强制孩子去学习，结果破坏了孩子学习的兴趣，打击了孩子的主动性和积极性。

下面是一个正面案例，是李斯特先生提供的。

虽然李斯特先生知道学习对于孩子的重要性，但李斯特先生从不逼迫儿子学习。在学习方面，儿子还是很自觉的，能够主动地学习。如果 he 不想学习，那说明他不在学习状态。

有一段时间，李斯特先生的儿子对学习没有兴趣了，整天都玩从外面捡来的鹅卵石，还有他小时候玩的机械玩具等。

在他表哥米斯哥特来的时候，有好多天，儿子从未摸一下书本，只是和表哥疯狂地到处玩，学骑自行车，爬树捉鸟，到河里抓鱼。

那段时间，李斯特先生从不强求儿子一定要学习，他想玩的时候就允许他玩个痛快。如果他想学习，李斯特先生想他会自觉地去学的。

李斯特先生知道，儿子最近心情不好，他需要调整一段时间心情。

过了大约一个月，儿子大概觉得总玩玩腻了，就开始主动地拿起书本来学习，这个时候，他想到，学习是他的另一个快乐来源。

事实上，儿子能做到自觉主动地学习，这跟李斯特先生从小培养他阅读学习的兴趣、培养他学习的主动性有关。

儿子刚开始学习的时候，李斯特先生从不强制他去学习，而是尊重他的兴趣，在他高兴学的时候让他学，他不想学时就随他。

李斯特先生告诉儿子，学习是自己的事情，要自觉地安排自己的学习。李斯特先生也很少帮助儿子处理学习上的事情，除非儿子需要他的帮助。

而且，更重要的是，李斯特先生从一开始就设法培养儿子学习的兴趣，用游戏、体验等方式让他从学习中获得快乐和成就感。这样，儿子很容易就养成了自觉自愿学习的习惯了。

李斯特先生的案例再次证明：从小培养孩子的学习兴趣，培养孩子的学习自觉性，而不是强制孩子，不断地督促孩子去学习，这才是父母们最应该做的事情。

教孩子死知识，不如教他学会学习

作为父母，重视孩子的学习是一件再正常不过的事情了。但是，却很少有父母知道如何教孩子学会学习。

我的同事摩尔根先生的儿子小贝迪懂得很多学科的丰富知识，但小贝迪并没有整天坐在书桌旁，也没有将读书学习当作一件痛苦的事情。

这主要是因为摩尔根先生一直教育小贝迪要学会学习。会学习，学习效率才会高，小贝迪也会乐在其中。

在小贝迪小时候，摩尔根先生要求他每天只学习两三个小时，每次学习不超过 30 分钟。因为孩子的大脑是充满生命的东西，并不是一台机器。即使是机器，也应该有停止运转的时候，何况孩子的大脑呢？

有一次，小贝迪坐在书桌旁学习。到了休息时间，小贝迪虽然放下了书本，但他依然坐在书

桌旁。

“小贝迪，你应该休息了，为什么还坐在书桌旁呢？”摩尔根先生对小贝迪说。

“我现在已经在休息了，我想反正一会儿又要开始学习，干脆坐在这里待一会儿吧。”小贝迪已经是学生了，他比以前更注重学习。

“你应该站起来，或者出去活动一下，这样的休息效果会更好。”

“不用了，我觉得这样挺好的。再说了，待一会儿就要继续学习下面的功课了。”

听小贝迪这样说，摩尔根先生没有再坚持自己的意见，但我想，这样的休息效果不会好，让他自己体验一下也好。

果然，过了一会儿，小贝迪对摩尔根先生说：“爸爸，我现在学习觉得好像有点儿疲倦，脑子昏昏沉沉的，这是怎么回事？”

教育时机到了！

摩尔根先生对小贝迪说：“我之所以要你站起来活动一下，原因正在于此。虽然你刚才没有离开书桌，但你的大脑还是处在学习时的紧张状态，这样休息的效果当然不会好。你再学习的时候就会感觉疲倦。”

“哦，原来是这样啊。”小贝迪说。

当孩子在学习过程中感到累时，父母可督促孩子休息。孩子经常用脑，大脑皮层极度兴奋，而身体却处于低兴奋状态，对于这种疲劳，需要的不是通过静止恢复体能，而是要做点事儿把神经放松下来。

有一天，摩尔根先生发现小贝迪坐在书桌前，看起来焦急不安。于是，摩尔根先生问他：“小贝迪，你今天怎么了？好像不舒服啊？”

“不知道是不是这道几何题太难了，我找不到解题的方法。”小贝迪面露难色。

“你感到很疲倦吗？该休息一下了吧？”摩尔根先生说。

“我已经休息过很多次了，可是不管用，我觉得有点儿头疼。”小贝迪一脸倦容。

“你做这道题多长时间了？”摩尔根先生拿起小贝迪的那道几何题目看了看，“这道题目虽然有些难，但并没有超出你的能力范围啊。”

“我也不知道是怎么回事，就是做不出来。”

“那你先休息一会儿，或者去干点别的事情，然后学习一下其他科目，先把这道题目放一放，别再想它了。”摩尔根先生说。

“那怎么行？这样的话，不是半途而废了吗？我觉得放弃困难是懦夫的表现。”小贝迪不同意摩尔根先生的建议。

“暂时放下并不是懦夫的表现，这是一种提高学习效率的方法。你暂时放下，先去做其他的事情或学习其他的功课，再回过头来做这道几何题，也许就会很容易解决了。”

小贝迪虽然还是怀疑，但还是照摩尔根先生的话去做了。

他先去了室外观察一会儿小鸟，回来后学习了不到一个小时的地理科目，然后又去做那道几何题。

这一次，不到 10 分钟，小贝迪就将那道几何题目做了出来。

“哇，这道题其实很简单啊。”小贝迪冲着摩尔根先生大叫。

这就是摩尔根先生教给小贝迪的交叉学习法，就是学习某门功课后，转换一下学习科目，或变化一下活动形式，比如去进行体育运动。这样可以避免大脑同一部分过分疲劳，从而提高学习效率。

父母要提高孩子的学习积极性和学习成绩，教给孩子有效的学习方法教孩子学会学习很重要。会学习，才能提高学习效率，也更容易保持孩子的学习兴趣和热情。

带领孩子走进更广阔的课堂

百闻不如一见，如果有条件，父母要尽可能带孩子亲近大自然，参观博物馆、艺术馆，“行万里路”，多接触不同的人群，让孩子在广阔的自然和生活课堂中学习更丰富、更生动的知识。

这是我一贯坚持的教育观点，而奥利佛先生的教子案例给我的观点做了最好的注解。

下面是奥利佛先生的教子故事。

奥利佛先生认为，大自然应该是小欧恩最广阔的课堂，因此奥利佛先生几乎每天都带他到大自然中去学习。

到了野外，奥利佛先生会就地取材，给小欧恩讲解有关植物学和动物学的知识等。

例如，要是他们在森林里发现了一棵橡树，奥利佛先生就会对他说：“来，你看，这是一棵橡树，橡树会结果实，不过我们人类可不喜欢吃橡树的果实，小松鼠非常喜欢吃橡树的果子。”

如果不是橡树结果的季节，奥利佛先生假装努力地要去找橡树果子，但最终没有找到。

然后奥利佛先生会表现出一副恍然大悟的样子，对小欧恩说：“哎呀，我想到了，现在是春季，不是橡树结果的季节。你看看上面的叶子，刚刚长出来呢。”

若是季节合适，他们正巧发现了橡实，奥利佛先生和小欧恩就捡起一些来，奥利佛先生让他拿着橡实去寻找小松鼠。

找到了小松鼠，奥利佛先生和小欧恩就一颗颗地丢给小松鼠橡实吃。远远地看着小松鼠开心地吃着果子，奥利佛先生又开始给小欧恩讲起小松鼠的生活习性等。

用同样的方式，奥利佛先生会教小欧恩很多知识。

比如，如果看到一朵漂亮的花，奥利佛先生会摘下一朵花，连同下面的几片叶子一起摘下来，递给小欧恩看，告诉他哪儿是叶子，哪儿是叶茎，哪儿是叶脉，哪儿是花蕊，哪儿是花萼，哪儿是花茎等，并告诉他每一部分的作用。

接着，奥利佛先生会让小欧恩闻一闻花的味道，摸一摸叶子的表面，给他讲解花儿如何种植，如何从土壤里吸收养分，养分如何在茎、叶等各部位输送等。

在奥利佛先生看来，大自然的一草一木都是很好的教材，小欧恩可以从中了解生物如何成长，懂得爱护大自然，了解我们的生活与各种生物的关系，了解雨、雪、风等各种自然现象。

奥利佛先生给小欧恩买来的玩具并不多，主要是因为，奥利佛先生觉得生活中的各种实物对他的教育会更直观，会给他更直观的知识和经验，更能激发他探索和学习的兴趣。

奥利佛先生家门前有一块很大的空地，在这里，奥利佛先生为小欧恩提供了一个玩耍、学习和探索的很好的地方。

奥利佛先生在那里铺上了两三尺宽的鹅卵石小径和一个小小的运动场，在旁边种上了小花、小草、灌木和几棵树，还开辟出一个小小的池塘。

每天，奥利佛先生总会和小欧恩在那里待上一两个小时，他们或者研究小草，或者为花儿浇水、施肥，或者修剪树枝，或者打理灌木枝。

有时候，他们会在树枝上寻找昆虫，或者用小锹挖开土层，看看里面有没有小蚯蚓。

夏天的时候，他们会光着脚在小径上或者运动场上打滚、跑跳，感受鹅卵石和光滑的石块以及潮湿的泥土给他们的触感，或者在某个雨后的下午，感受雨后空气的清新。

有兴趣的时候，他们会从小河里抓来小鱼、小蝌蚪等水生小动物，放在小池塘里养起来。兴致所至，小欧恩会一动不动地观看小鱼或小蝌蚪在水里游泳连续一个小时之久。

这里也成了小欧恩的一个乐园，如果不是外出，他每天都会拉上奥利佛先生跑到这里来，尽情地玩耍、探索和学习。

为了不断增加小欧恩的见识，奥利佛先生尽可能地带他接触更多的人和事物。

小欧恩两岁以后，无论是走亲访友还是买东西，不论是参加音乐会还是看歌剧，奥利佛先生几乎每次都会带上他。

这样，奥利佛先生就可以让小欧恩与身份各异的、各阶层的人士交往，以锻炼他的社会交往能力，也增长了他的见识。

小欧恩后来在人际交往中为人处世都很得体，包括成名后出入一些正式场合，与贵族、王公大臣甚至国王交往，他都表现得彬彬有礼、不卑不亢，给人留下了很好的印象。

除此之外，一有时间奥利佛先生还带小欧恩去参观博物馆、美术馆、工厂、矿山、动物园、植物园、医院等地，借此开阔他的眼界。

在去这些地方参观以前，奥利佛先生总会帮助小欧恩对要去的地方有个大致的了解，让他能够进行思考并提出一些问题。这样，他到了目的地之后就会非常认真地、有目的地参观学习，也能获得更多、更深刻的知识和信息。

有时候，参观回来，奥利佛先生还会让儿子详述参观过的东西，并向母亲汇报。或者，让他写一篇观后感或心得。这样一来，小欧恩会掌握更多的东西。

小欧恩不到 5 岁的时候，奥利佛先生就已带他周游了国内几乎所有大城市。他们登山，游览名胜，参观古楼、园林、教堂等，既学习了地理、动植物等知识，又了解了当地的风土人情、历史文化。

在奥利佛先生的“自然教育”下，小欧恩成了一个健康乐观、知识丰富的好孩子。

本书由“行行”整理，如果你不知道读什么书或者想获得更多免费电子书请加小编微信或 QQ: 491256034 小编也和结交一些喜欢读书的朋友 或者关注小编个人微信公众号 id: d716-716 为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网址：

结束语

我关于教育的见解就是这些，我写的东西只是自己所能想到的一些内容，但教育是一个很宏大的话题，所以，大家不要把我的文字当作论述这个话题的一篇恰当的论文。

我只需再强调一点，就是因材施教。每个孩子都有自己的天资禀赋，而且性格都不同，气质也都不同。所以，父母和导师要因材施教，适合孩子的方法才是最好的方法，没有普遍适用的具体方法，只有万变不离其宗的根本原则。

除此之外，我认为一个贵族的孩子和一个普通绅士孩子，也应该受到不同的教育。但我这本书写的内容是针对绅士子女的教育，而且他们的子女都很小，像一张白纸，父母可以随心所欲地谱写蓝图。

我只是把偶然想到的教育问题写了下来，所以，内容会有一些不足之处。但是，我希望那些敢于质疑传统，挑战习俗，发表自己见解的同胞，能通过本书找到共鸣、启发和鼓励。

作 者

- 1、小编希望和所有热爱生活，追求卓越的人成为朋友，小编：QQ 和微信 491256034 备注书友！小编有 300 多万册电子书。您也可以在微信上呼唤我 放心，绝对不是微商，看我以前发的朋友圈，你就能看得出来的。
- 2、扫面下方二维码，关注我的公众号，回复电子书，既可以看到我这里的书单，回复对应的数字，我就能发给你，小编每天都往里更新 10 本左右，如果没有你想要的书籍，你给我留言，我在单独的发给你。
- 3、为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网址：<http://www.ireadweek.com>
- 4、小编自己组建的 QQ 群: 550338315



扫此二维码加我微信好友



扫此二维码，添加我的微信公众号，
查看我的书单