



吴蓓 著

# 请让我慢慢长大

亲历华德福教育

waldorfchina

是否有一种更适合人类的教育？

# 请让我慢慢长大

亲历华德福教育

吴蓓 著



天津教育出版社  
TIANJIN EDUCATION PRESS

## 图书在版编目 (CIP) 数据

请让我慢慢长大：亲历华德福教育 / 吴蓓著. —天津：  
天津教育出版社，2008.7  
ISBN 978-7-5309-5335-8

I. 请… II. 吴… III. 教育 - 文集 IV. G4-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 112541 号

### 请让我慢慢长大：亲历华德福教育

---

出版人 肖占鹏

作者 吴蓓

责任编辑 杜平

装帧设计 高雪

---

出版发行 天津教育出版社  
天津市和平区西康路 35 号

邮政编码 300051

经 销 新华书店

印 刷 三河市华晨印务有限公司

版 次 2008 年 7 月第 1 版

印 次 2008 年 7 月第 1 次印刷

规 格 16 开 (787×1092 毫米)

字 数 300 千字

印 张 22.5

---

书 号 ISBN 978-7-5309-5335-8

定 价 32.00 元

## 前言：听从召唤

我在英国爱默生学院学习华德福教育 17 个月，第二年我没有学完，提前回到北京。一晃，时间已经过去五年了，回想自己走过的道路，艰辛而又快乐！

由于在英国期间忙于上课、打工，没有时间认真读书，于是回国后想先读书，有了扎实的基础和深入的了解，结合我的亲身体会，才能把华德福教育介绍给国内的家长和老师。我边读边翻译，翻译了一段时间后，我开始四处寻找出版社，编辑们普遍认为这种教育是美好的理想，但和中国目前的现实相差得太远，出版这样的书没有市场。但我并不罢休。那时虽然我意志坚定，但迟迟找不到出版社，已经影响到我的日常生活。我心里开始反复问道：还能坚持多久？所幸遇到人民文学出版社的编辑桑海，才算了却我的一份心愿。

我于 2002 年辞去大学的工作，回国后成了无业人员。我还得赚钱维持生计，于是一面翻译，一面做起了家教。有一份刊物要刊登我的文章，需要写几句关于我的介绍，这时我意识到自己没有了身份，我不是大学教师了，没有工作单位，怎么介绍自己？我是谁？没有任何头衔、名称，反倒让我直面赤裸裸的“我”。我用废纸自制名片，涂上好看的颜色，只写我的姓名和联系方式。有稳定的工作和社会地位固然重要，然而令我喜悦的是成为自己。

在几位家长的鼓动和支持下，2005 年 9 月，我办起了华德福家庭园。从两个孩子开始，慢慢增加到 12 个孩子。然而，经过 10 个月的努力，由于合作基础的不牢固，最终我不得不辞去工作。2006 年 8 月，

我在一个幼儿园又开始华德福教育的实践，从只有五个孩子的一个班开始，到整个园 46 个孩子三个班都在实践华德福教育。然而又是 10 个月过去了，这个幼儿园不想做华德福教育了，我只能离开。两次的尝试，两次的失败，真是身心疲惫。有人说我就像是神话里的西绪福斯，推巨石上山，推上去滚下来，再推上去，再滚下来。

这其中有关观的原因，恐怕主要还是我自身能力的不足。我是在对幼儿园几乎一无所知的情况下，盲目而又冲动地开办了家庭园。可是要等到我自己具备办园的能力，不知何年何月。我坚信只要办起来了，就会有国外的老师来指导。事实证明的确如此。然而，办好一个园，不仅涉及孩子的保育和教育，涉及家长和老师的工作，还有一些外在的因素，这些因素是我不能很好解决的。一位印度人曾对我说，人生的体验比获得成就更重要，我十分赞赏他的话。我感到欣慰的是我拥有的亲身经历和体验。

这本书汇集了我写的有关华德福教育的文章。第一部分是我在国外小学和幼儿园观摩的感受。第二部分，是以每周一篇的方式，写下了在北京实践华德福教育的经历。为了让内容更加紧凑，个别地方做了调整，简讯部分从原来的 50 篇，压缩为现在的 45 篇。我基本保留了当时的真实记录，有些事情，比如孩子打人，最初想到的办法是让他道歉，还觉得很有效，后来，我才逐渐认识到，解决孩子打人的问题，绝不是这么简单。书中出现的人名，根据本人或家长的意见，部分使用了化名。

从这些记录中，读者会发现我们的许多欠缺和失误，发现我们不懈的努力，我愿听取大家宝贵的意见。我也期待着有更多的人来关心孩子们的身心健康。华德福教育坚信，健康的个体是成就健康社会的

先决条件。儿童教育事关未来社会的基础。

我是学物理出身的，确信任何理论都要接受实践的考验，不要轻易怀疑，也不要轻易相信，让事实来说话。不要因为某种理论如何重要，我们就信以为真，不要因为某某名人说了什么，就全盘接受，每个人都应该有自己的独立思考。面对现代化的浪潮，我们往往盲目地向西方人学习，而华德福教育提醒我们，警惕现代化带来的弊端，重视传统文化中的宝贵遗产。

和幼儿园的孩子在一起，每天都会遇到新的挑战，这个孩子不肯洗手，那个孩子不肯睡觉。每天都会有许多的开心时刻，一会儿我是“猪妈妈”，一会儿我又是“大灰狼”。某天，我在一个不愿睡觉的孩子的脚底做手指游戏，没想到过了一会儿他就睡意朦胧，安静地躺在我的怀里，抱着他就像抱着自己的孩子。做母亲是世界上最幸福的一件事情，和孩子们在一起，我就是天下最幸福的人！

人到中年才踏上一条充满风险的道路，后悔吗？每一种选择都是要付出代价的，我选择了做自己喜欢的事情，就必然要承担由此带来的后果。面临一个又一个困境的同时，我感受到的是生命的活力和坚忍。人生的意义，在于自由中展现出来的美，这种美是无与伦比的。鸟儿在蓝天自由飞翔时，可能面临狂风暴雨，遭遇猎人的枪击，但她宁愿选择自由，也不愿囚禁在笼子里饱食终日。选择自由，意味着挫折、痛苦，甚至伤害，但也意味着生命的真实、圆满和欢乐。一首地中海的民歌这样唱道：“生命是一首歌，要好好唱她，要让她充满欢乐！”在自由中才能发现自己，享受到真正的欢乐。

其实，欢乐和痛苦是一家。纪伯伦说：“悲哀的创痕在你身上刻得越深，你越能容纳更多的欢乐。你的盛酒的杯，不就是那曾在陶工

的窑中燃烧的坯子吗？那愉悦你心神的笛子，不就是曾受尖刀挖刻的木管吗？”一个人感受到的痛苦有多深，他体验到的欢乐也就有多深。也许正是痛苦，才让生命有了欢乐。

自从我走上华德福的道路，我得到过许多人的帮助和支持，生命和生命是相互依存和支撑的，我被这些人温暖着、鼓舞着。没有他们的关怀，也不会有这本书，不会有现在的我。他们中有的人出现在这本书里，有的人保留在我的心底。任何时候，我都不是孤单的一个人，无论他们是近在咫尺，还是远在天涯，他们无私的爱已经融进我的身体。我尽力所做的一切，也是在传递着他们的梦想。对于那些有意或无意设置障碍的人，我真诚地表示感谢。由于出现障碍，才激发我跨越障碍的决心和毅力。同时，也让我看到了自身的不足和局限性。

我生性内向，不善于和人打交道。这两年由于做幼儿教育，和家长、老师等各种人有了频繁的交往。我觉得教大学物理容易，而人情世故的练达，却微妙、复杂得多。可能我有意或无意地伤害过别人，希望这些人能够原谅我。

2003年，当我苦于找不到出版社的时候，日本同学横山来信鼓励我，日本因追求考试分数而出现了学生心理变态、行为异常、自杀率上升的现象，现在不少日本人已开始反省以往的弊病，寻求教育的另外途径。在中国，如果片面追求分数，也可能出现不良的后果。她希望我坚持五年，到那时会有一批家长需要华德福教育。当时我想不出五年后会是什么样子，觉得很漫长。如今，五年过去了，我发现有许多家长不满应试教育的压力，正在探索其他形式教育的可能性。翻译出版的华德福书籍，不到两年，已经销售一空。

教育不仅仅是关于孩子的教育，也关系到我们的自身教育。随着

对教育的深入理解，随着老师和孩子的成长，我也在不断地磨练自己，这本书呈现的不仅仅是我的幼儿教育实践，也是我个人的生命记录。面对从教十几年，甚至几十年的幼儿教育专家，我深感自己的浅薄和无知。我一向做事情都比较慢，头脑反应迟钝，只是不敢停下来。

第一次办园失败的时候，朋友送给我一段古罗马皇帝奥勒利乌斯写的祈祷文：

祈求上天赐予我平静的心，  
接受不可改变的事。  
给我勇气改变可以改变的事，  
并赐予我分辨这两者的智慧。

有时我想，不是我要如何，而是命运要我如何，抗拒命运，不如接受命运，听从召唤。

我感谢王丽、吴茵、张彤、文珊、邱建生、贺学军、王树人、武文生、陈启明老师，日本同学本间晃一夫妇 (Koichi and Aki)、南非同学彼得夫妇 (Peter and Hannah)，感谢德国的 Freunde Der Erziehungskunst 基金会、长江平民教育基金会、荷兰 Iona Stichting 基金会。

感谢我的家人容忍了我的冒险，感谢我的女儿让我成为一位母亲。

吴蓓

2008 年清明



# 目 录

前言：听从召唤 1

## 上篇 国外观摩

参观华德福学校 3

饭前的感恩 10

可爱的小姑娘路易丝 14

什么是最好的成绩？ 17

自己动手写课本 22

它飞翔在定义之上 25

弗沃德老师 29

手工课 32

奖励与惩罚 35

为什么选择华德福学校？ 38

另类评价 42

享受身体运动的快乐 48

参观绿田私立学校 52

参观弗瑞斯特公立小学 55

怎样教外语？ 59

从生活中学习 68

请让我慢慢长大 72

瑞典华德福之旅 77

**下篇 北京实践**

和平的象征 99

像家一样温暖 103

把母爱给予每个孩子 106

思念 110

美来自她的内心 115

爱是永不止息 119

心怀感恩 123

假如我的生命是一首歌 128

自由与约束 133

坚守规则 139

祝愿阳光温暖你的脸颊 144

当孩子张开双臂 152

最高的目标 156

爬来爬去 160

过年 166

0~7 岁的幼儿发展 172

自己动手做玩具 178

“教”还是“不教”？ 183

画了一个毛毛虫 189

还有比这更令人高兴的事情吗？ 194

殷殷的期盼 200

争当“火车头” 202  
种子 204  
生日礼物 208  
满树的小白花 210  
再见了！再见了！ 212  
故事好像是一根魔杖 215  
有理说不清 220  
爬山涉水找旗子 222  
意志的特点 224  
行动的自由和思想的自由 229  
惊奇与崇敬 232  
可口的粽子 234  
只顾耕耘 236  
最重要的 238  
辞职 240  
许许多多的小天使 243  
小声说话 250  
没有人感到孤单 252  
我发现了一个蜗牛！ 255  
蒸出来的“月饼” 257  
只要孩子高兴 260  
是谁送的一只小船？ 262  
学会等待 267  
火一样的热情 269

柿子的传说	271
关于孩子的四种性情	275
手指游戏	278
男老师	281
学会放弃自我	283
小鸟的羽毛	285
思考·感情·意志	287
偶戏故事	289
孩子的哭声	292
确保安全	294
在自由和规则之间	297
成为爱的纯净容器	300
直面真理	304
甘地的故事	307
播种节	309
感知真实的世界	311
繁忙的一周	315
为什么我是一名华德福老师?	318
来自泰国的收获	322
学无止境	326

<b>附录</b>	<b>顺应自然是早期教育的最高原则</b>	<b>332</b>
-----------	-----------------------	------------

上篇  
国外观摩



## 参观华德福学校

1999年9月，我们“自然之友”访德代表团一行15人，来到拯救未来基金会（S.O.F）为我们安排的汉堡市一所华德福（Waldorf）私立学校。

乘公共汽车来到汉堡郊区，德国翻译领我们从一片森林中穿越，久住北京的我，犹如置身在人迹罕至的林海，忍不住悄悄脱离队伍，拍下一张张秋天爽朗景色的照片。步行了将近一公里，视野开阔起来，只见一座小木屋静卧在鲜花丛中。

“到了，这就是学校的生物教室。”德国翻译向我们介绍。说完，把我们介绍给学校的老师。

走进这座朴素的小木屋，我又惊又喜，教室的桌子围成长方形，四周有各种造型的植物标本，每一件标本的制作和摆放都好像来自艺术家的创造，充满着灵性。最令我激动的是在一面墙上，从房顶垂下十串美丽的花束，灿烂的颜色和优雅的姿态宛如从天而降的花的瀑布。整个教室犹如展览室，展现着大自然的奇迹，又像是一个乡村之家，温馨又丰盛。

我担任教师已有15年了，每一次走进教室面对的都是白色的墙壁和整齐纵向排列坐着的学生，我怎么也想象不到教室竟能如此装扮。我甚至梦想着变成这里的一名小学生，每天能在小木屋里坐一会儿，那该是多么愉快啊！

大家围坐一圈，彼此相视感到十分亲切，坐在这里的学生也一定有同感，用不着时时刻刻盯着黑板和老师，同学之间通过眼神、手势和说话在课堂上能随意地交流，老师的讲课没有切断学生们的联系。不过那天我只想倾听老师的介绍，顾不上与其他人的交流。

## 华德福学校

他们介绍说：“鲁道夫·斯坦纳（Rudolf-Steiner）是本世纪初奥地利的一位哲学家、科学家和教育家，他创立的人智学（anthroposophy），在欧洲产生了很大的影响。他认为教育是改变社会的一股重要力量，而且必须通过正确的教育来促进社会文明。当时有很多人认同这样的理论，并成立了人智学学会。其中有一位香烟厂的老板，邀请鲁道夫·斯坦纳为工人的子弟办一所学校，并以工厂名字命名为华德福学校。从1919年在德国成立了第一所华德福学校之后，坚持这一教育理念所创办的学校，皆称为华德福学校或鲁道夫·斯坦纳学校。”

有人问：“这样的学校在汉堡有几所？国家拨款吗？”

老师答道：“华德福学校在汉堡已有75年的历史了，现有7所，整个德国有180所华德福学校，目前遍布世界50多个国家的华德福学校已达到700多所，还有2000多所幼儿园。在德国，教育部门给予的拨款占学校开支的四分之三，其余的四分之一由学生家长承担。为了照顾低收入家庭，我们只收取家长工资的6%~7%作为学费，这样能让更多的孩子来到我们的学校。在荷兰、丹麦和瑞典等国家，也得到政府的拨款，但有一些国家如英国，为了学校的教学自由和独立，不接受政府拨款。”

我问：“你们为什么要把教室布置得这么漂亮？”

“鲁道夫·斯坦纳认为，物质环境对正在成长的儿童非常重要，所谓物质环境，不仅包括儿童身边物质性的东西，也包括儿童感性所能达到的一切活动，包括一切被儿童看在眼里，有道德和没有道德的行为，理性和非理性的活动，这些都能从外界深入，影响到儿童的内在精神活动。小学阶段的儿童，他们的身、心和灵性都是被环境塑造着。因此，我们学校的环境，教室的布置，以及学生的作品，都要给人以美的享受，用美来塑造儿童的心灵。另一方面人和周围的环境也是一个整体，如果说学校建筑物是环境的躯体，人就是建筑物的灵魂，一所学校的建筑物可以丰富人的灵魂。教室设计和布置要让孩子感到美、



亲切和温暖，孩子可以像一家人那样在一起玩、聊天和分享喜乐。

“我们学校的教学也是以艺术的方式展现，如植物教学的第一个目标是培养孩子对植物的欣赏和喜爱，了解植物呈现在大地上的多样性。鲁道夫·斯坦纳强调，人和自然界的万物息息相关，校舍周围充分的自然空间，使得生活其中的儿童能够观察和感受自身和大自然的变化节奏，引导他们体悟人是自然界的一部分，是天地万物之一。这是华德福教育的重要部分。”

## 自然课

接下来是老师给四年级的学生上自然课，老师让学生分成几个小组参与劳动。有三位男同学留在教室做苹果汁，他们先把苹果洗干净，再用刀切成小块，待全部切完后，一人负责把苹果块放入榨苹果汁的机器入口，机器不是电动的，而是由另一名学生用手摇动，第三人负责用大玻璃瓶接住榨出的苹果汁，看上去他们很熟练。

教室里还有五位女生，有三位做茶叶，另两位用纸把花园里刚收获的花子儿包成一小包，并用彩笔画上简单图案。

教室外有六位学生，有两位在翻耕过的土地上播种，有四人在用铁锹挖地，老师在不同的小组间走动并指导。

自然课变成了劳动课，我感到困惑不解，怎么不教学生有关动植物的知识？这样的简单劳动怎么能算是教学内容呢？

老师解释说：“华德福学校的基本立场是发展个人的潜能以及丰富人的心灵，我们反对为了考试而灌输一些专门的知识，我们认为不应该用太多的理性知识窒息儿童的天性。他们的成长是个缓慢的过程，需要时间和耐心，需要引导和鼓励，而且，儿童在这个年龄段，是通过身体的活动并参与其中来学习。他们的感觉支配整个人的身心和灵魂，只有通过学生自己的感觉器官和感性体验，才能了解自然界。你看到的苹果、茶叶、花子儿都是学生们亲手采摘，我们还让学生参与小麦的播种，收获，磨面，制作面包，了解自然的同时，也了解到人类的生活。”