

母亲养德

MUQIN YANG DE

宋继东 本书主编

如果说，每个孩子的心灵
都是一个空空的藏宝箱
而母亲，就要放入一些宝贵的礼物
温暖他们的一生



首都师范大学出版社
CAPITAL NORMAL UNIVERSITY PRESS



母亲养德

MUQIN YANG DE

周建设 丛书主编

宋继东 本书主编



首都师范大学出版社
CAPITAL NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

母亲养德 / 宋继东主编. —北京: 首都师范大学出版社, 2013. 7
ISBN 978-7-5656-1624-2

I. ①母… II. ①宋… III. ①家庭教育—通俗读物 IV. ①G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 168937 号

MUQIN YANG DE

母亲养德

宋继东 主编

责任编辑 刘志勇

首都师范大学出版社出版发行

地 址 北京西三环北路 105 号

邮 编 100048

电 话 68418523(总编室) 68982468(发行部)

网 址 www.cnupn.com.cn

北京集惠印刷有限责任公司印刷

全国新华书店发行

版 次 2013 年 8 月第 1 版

印 次 2013 年 8 月第 1 次印刷

开 本 710mm×1000mm 1/16

印 张 16

字 数 196 千

定 价 29.00 元

版权所有 违者必究

如有质量问题 请与出版社联系退换

“五开五养”教育丛书编委会

总主编

周建设 首都师范大学副校长、教授、博导、博士后合作导师

分册主编

《母亲养德》宋继东 首都师范大学附属小学校长、特级教师

《父亲养责》周建设 首都师范大学副校长 教授、博导

《师长养范》蔡 春 首都师范大学教育学院副院长 教授、博导

《学校育才》孟繁华 首都师范大学副校长兼教育学院院长 教授、

博导

《社会养和》杨芷英 首都师范大学心理咨询中心主任、教授、博导

《学前开心》陈文平 国务院机关事务管理局幼儿园园长 特级教师

《小学开窍》赵璐梅 北京市海淀区试验小学校长 特级教师

《中学开智》沈 杰 首都师范大学附属中学校长、特级教师

《大学开悟》白 浩 中国地质大学教务处长、教授、博导

《青年开创》徐书理 学海文化传播集团 总裁

本书执行主编

徐晓燕（刘丰恺妈妈）

本书编委

刘权卫（刘星雨爸爸）

刘光艳（程雨齐妈妈）

庄 丽（李浩然妈妈）

廖昌平（张 成妈妈）

张红霞（翟浩辰妈妈）

段 利（王海妍妈妈）

李雨铮（王思凯妈妈）

曾华英（杜双翎妈妈）

谢利群（谢心韵妈妈）

余志茹（王浥晨妈妈）

顾 文（贾然裙妈妈）

周艳玲（窦 睿妈妈）

刘 蕾（康钰晗妈妈）

前 言

本丛书基于“中国当代大教育理念”，提出人才培养的“五养”理念，即母亲养德、父亲养责、师长养范、学校养才、社会养和；“五养”环节中，学校养才作用特殊，进而提出“五开”理念，即学前开心、小学开窍、中学开智、大学开悟、青年开创。

学海文化传播集团董事长李瑞坤先生，一直从事教育文化工作，对这套丛书很感兴趣，总裁徐书理先生亲自组织团队与首都师范大学出版社合作，遴选优秀的分册主编和教育经验丰富的作者，邀请教育界知名专家学者多次召开研讨会，精益求精，促进本丛书面世。

教育理论研究极其复杂，本丛书根据教育家孟繁华等教授建议，从问题入手，针对问题，进行案例分析与行为指导。

衷心感谢支持和参与本丛书工作的所有专家和同仁！真诚期盼本丛书能为读者提供启示与帮助！

总 序

清华大学 蔡曙山^①

教育是个大众话题，因为它涉及千家万户。教育又是一个精英话题，因为总历历代教育家，皆民族之精英；而教育家论教育，乃民族精英之话题。

孔夫子不用说是世界第一的教育家。两千多年来，他的“庶富教”的思想、他的“文行忠信”的思想、他的“有教无类”的思想、他的“因材施教”的思想是中国教育的主导思想，由此形成的儒家文化是中国的主流文化。今天，孔子的教育思想已经遍播世界各地。

教育与文化紧密相联。拉丁文“文化”(cultura)一词，原来就是“修养”“培养”之意。修养取之于内，培养取之于外。一个自然人不可能自动成为文化人，一定要经过教育和培养。中国古代没有“文化”一词，相应的文化行为叫做“教化”，它更好地体现了教育与文化之间的关系。

中国与世界历史上那些灿若星辰的教育家们，他们引领着中国与世界文化发展的方向。现代教育家、北京大学校长蔡元培先生说：“要有良好的社会，必先有良好的个人，要有良好的个人，就要先有良好的教育。”“所谓健全的人格，内分四育，即：(一)体育，(二)智育，(三)德育，(四)美育。学校教育注重学生健全的人格，故处处要使学生自动。”“教育是帮助被教育的人，给他们能发展自己的能力，完成他的人格，于人类文化上能尽一分子责任；不是把被教育的人，造成一种特别器具，给抱有他种目的人去应用的。”^②清华大学校长梅贻琦将蔡元培的“四育”

^① 蔡曙山：博士、教授、博士生导师、清华大学心理学与认知科学研究中心主任。

^② http://www.tianzhilou.com/kxl/cgzyl/2011-08/19/content_1193502.htm。

扩展为“德智体美群”五育，他有一句世界皆知的名言：“大学者非谓有大楼之谓也，有大师之谓也。”^①蔡先生和梅先生确是有自己教育理念的大教育家，当年的北大清华确系教育家长校。

或曰中国今日之大学校长，已无教育家，官僚而已矣。中国教育之现状，深为国人诟病者不少；中国教育之发展，国人深为担忧。

然凡事皆有例外。首都师范大学副校长、语言学家周建设教授主编的《五开五养教育丛书》似空谷足音，令人耳目一新。周建设先生提出“大教育”之理念，即“人人受教育，人人教育人”“学生心智类型与学校层级知识合理匹配”，主张社会教育与学校教育相结合，教育贯穿人生的全部过程。为此，丛书组织一批教育专家、教育管理者、硕士博士生和学生家长，积极探索中国当代大教育的理论与实践。目前这套丛书，提出“五养”与“五开”，即“母亲养德、父亲养责、师长养范、学校养才、社会养和”；“学前开心、小学开窍、中学开智、大学开悟、青年开创”。“五养五开”是大教育理念の展开，这些理念和理论对当前中国教育具有理论创新意义和现实指导意义。

教育本身是一个不断创新的领域，教育的话题则是一个历久而弥新的话题。21 世纪的新兴综合学科认知科学(cognitive science)包括六大支撑学科：哲学、心理学、语言学、人类学、计算机科学和神经科学。近人主张在此基础上再增加一门教育学。因为以探索人类心智奥秘和开发人类心智为目标的认知科学，无论是心智的探索还是心智的开发，都离不开教育。21 世纪更大的一个学科综合群是“聚合科技”(converging technologies)，它包括纳米技术、生物技术、信息技术和认知科学，简称 NBIC。《聚合四大科技，提高人类能力》一书断言，“这些突破被用于加快技术进步速度，并可能会再一次改变我们的物种，其深远的意义可以媲美数十万代人以前人类首次使用口头语言。”^②这部由美国 70 多位一流科学家共同完成的“21 世纪科学技术的纲领性文献”共分六个部份，最后一部份以“统一科学和教育”为题，断言聚合科学将从根本上改变未来的教育方式。它说：“社会的未来依靠科学的持续进步，而持续的科学进步又依赖于科学教育。”“近来，科学和工程教育非常支离破碎，每个部分

① 清华终身校长梅贻琦，中国新闻周刊，2007 年 11 月 2 日。

② [美]米黑尔·罗科、威廉·班布里奇编，《聚合四大技术力量，促进人类生存发展：纳米技术、生物技术、信息技术和认知科学》，蔡曙山、王志栋、周允程等译，北京：清华大学出版社，2010。

都被限制在特定的学科之内。而在将来，通过教育体系的确立，纳米、生物、信息和认知科学所提供的统一概念将作为知识教学的基础。自然科学、工程科学、社会科学和人文科学将汇聚一起。相应的统一科学的基本概念，也将被引进到 K-12、本科和研究生教育当中。聚合技术所产生的新工具也会提供高质量、随时随地的教育机会。NBIC 科学和工程教育将适用于大多数学生，并且也适用于所有相关成人的继续教育。”

相信本丛书对读者会有重要启示与帮助。期盼更多的仁人志士关注教育，研究教育，成为人才培养的成功探索者和实践者。我们期望，在“大教育”和“科学教育”的新教育理念和理论指导下，中国教育回归“教养”和“教化”的本质。我们也期望，周建设先生所领导的教育研究和实践团队会有更多的成果问世，使我们无愧于有五千年优秀文化和二千五百多年优秀教育传统的中华文明。

序

周建设

母亲究竟有多伟大，虽贤哲鸿儒点评甚丰，其真切感悟仍难以彻底言表。《红楼梦》中元妃有楹联，曰：“天地启宏慈，赤子苍头同感戴，古今垂旷典，九州万国被恩荣。”将天地之恩、皇恩国恩比作慈母之恩，可谓恰如其分。德为立人之本，母亲对子女德行的培养，恩同天地。以德化人，德化而心善，心善而爱人，爱人而人和。因此，母亲养德为育人之首。

究竟什么叫“德”，解释千差万别。老子《道德经》认为“德”是“道”的表现，凡是合乎“道”的行为就是“有德”，不合乎“道”的行为就是“失德”。老子说：“上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德。上德无为而无以为，下德无为而有以为。”老子将“德”分为“上德”和“下德”。上等之德是不追求形式上的“德”。母亲之德就是融于内心、化于灵魂之德，不需要通过任何形式彰显之德。“德”是立业之基。“德薄而位尊，知小而某大，力小而任重，鲜不及矣。”

母亲养德，强调在家庭教育中母亲是孩子品德培养的关键人物。我国崇尚母仪天下，期盼皇后或国母慈祥、博爱、关爱天下。母仪天下是母亲的人生本分和崇高追求，是母亲人格的核心要素，是母亲社会角色地位确定的重要依据，因此，母亲培养孩子的优秀品德便自然地被视为第一要务。

母亲养德是人生本分，因为母亲与子女必然具有生理依存和生活关联。十月怀胎，孩子身上流淌的是母亲的血液，发育的是母亲的骨肉。呱呱坠地，吮允的是母亲的乳汁，感受的是母亲的体贴，见到的是母亲的微笑。母亲天然成了孩子的保护神。母爱是天底下最伟大的爱，不是夸张，而是血性证明的天理。血肉之情铺垫着母子人生的爱心之路。爱心在母亲的举手投足之间自然施展，品德在孩子的体悟之间潜移默化。福祿培尔就曾强调家庭生活尤其是母亲在早期教育中的重要作用。

母亲培育孩子的优良品德，成为社会的优秀公民，需要持之以恒有意识地引导。在孩子成长过程中，母亲如何渗透德化，给孩子良好的品

行教养，并不是所有母亲都有深刻认识并落实行动中的。有的母亲常常受到外部条件的影响，比方工作的压力、生活的窘迫、家庭的干扰等，消减德化孩子的心情和精力。有的孩子由爷爷奶奶抚养或者由他人寄养，大大减少体悟纯正母爱的机会。

德化孩子，首先母亲要有深刻的自我意识。孩子是母亲的骨肉，是母亲乳汁哺育的生命，德化自己孩子天经地义。一个母亲想要教育出一个道德高尚的孩子，必须将自己修炼成一个道德高尚的人，从生活的一点一滴中去影响孩子，让其成为一个道德高尚的人。母亲是孩子的首任教师，也是终身导师。只有品德高尚的母亲，才能培养出品德高尚的孩子。其次，要讲究德化内容。尽管德化内容极其丰富不胜枚举，但核心就是仁爱真诚。凡以此表现的一切行为都可德化孩子，包括精心安排孩子的吃穿住行，指导孩子学习知识，教导孩子与人和睦相处，培育孩子的宽厚心态，训练孩子的自信精神与生活技能。这种德化可以称之为示范性德化。海姆·G·吉诺特说：“品德教育取决于我们与孩子的关系。品质特征无法通过语言传输，而必须通过行动来传达。”^①母亲还要切实关注孩子自身的行为体现，让孩子的优良品德落实在点点滴滴的行为之中。

孩子呱呱坠地像一棵小树苗，妈妈的爱心呵护，施肥浇水，才能长成参天大树。“凡是人，皆须爱，天同覆，地同载。”缺少母爱“德化”的孩子，人格会受到不同程度的影响。冷漠、无情、无礼、自私、挑剔、任性、粗暴、虚假、懒惰、不负责任等通常表现得较为明显。^②斯皮茨在对孤儿院里的儿童进行的研究中发现，这些时期被剥夺母亲照顾的孩子，长大以后在各方面的发展均受到影响。许多孩子患有“忧郁症”，爱哭泣、僵直、退缩、表情木然，被遗弃的孩子会产生心理疾病，形成攻击、反叛的人格。

《母亲养德》的主编宋继东先生是一位优秀教师，同时也是一位优秀的校长，每一位作者都是对培养孩子的优良品德有着成功经验和深刻感悟的家长。相信书中鲜活的案例和育人感悟会给读者以启迪。衷心希望每一位母亲能够意识自己的天职，通过自己的言行，从细微处将“德”传授给孩子，让孩子真正具有立人之本。这是母亲的成就，也是母亲的最大安慰。

^① 海姆·G·吉诺特著：《孩子，把你的手给我》，张雪兰译，京华出版社，2010年第三版，第74页。海姆·G·吉诺特为美国心理学博士，临床心理学家、儿童心理学家、儿科医生，纽约大学研究生院兼职心理学教授、艾德尔菲大学博士后指导教师。

^② 大量的现实案例充分证明了这一点，参见“中华大教育联合实验典型案例”。

目 录

第一部分 做一个懂爱的人

第一章 让孩子懂得孝敬	(3)
第一节 摸摸姥爷的手	萧依寒妈妈 (3)
第二节 爱是相互的	张毅臣妈妈 (6)
第三节 百善孝为先	刘鸿雁妈妈 (9)
第四节 爱是万物的源泉	刘牧悦妈妈 (11)
第五节 爷爷生日你做主	常多娇妈妈 (14)
第六节 筑起孩子的爱心殿堂	王浥晨妈妈 (18)
第七节 临危不乱的男子汉	董博滢妈妈 (20)
第二章 尊敬师长，懂得感恩	(24)
第一节 做一个懂得感恩的人	罗益天妈妈 (24)
第二节 妈妈的一天	林晨超妈妈 (27)
第三节 学会赞美，学会感激	范思含妈妈 (29)
第四节 生活是一面镜子	朱妙萱妈妈 (32)
第五节 经典的作用，榜样的力量	夏依菲妈妈 (35)
第六节 我要像爱我的心脏一样爱你	王海妍妈妈 (38)
第七节 饮其流时思其源，成吾学时念吾师	王海妍妈妈 (42)
第八节 让孩子学会爱	刘禹彤妈妈 (47)
第三章 同情他人，献出爱心	(52)
第一节 好妈妈从“我”做起	贾晨悦妈妈 (52)
第二节 送人玫瑰	李浩然妈妈 (54)
第三节 “我的同学是孤儿”	贾然裙妈妈 (57)
第四节 姐姐的笑容	刘星雨妈妈 (59)
第五节 背背小兔子	石佳祺妈妈 (62)

第四章 传递爱的接力棒——关爱他人	(64)
第一节 温故而知新	李承泽妈妈 (64)
第二节 大地的情怀	王子轩妈妈 (67)
第三节 爱永相随	刘晓彤妈妈 (69)
第四节 家长改变一点 孩子受益一生	王海妍妈妈 (73)
第五节 让生活教孩子去爱	孙文昊妈妈 (76)
第六节 感动的一课	李岳桐妈妈 (78)
第七节 “哄哄”阿姨	刘丰恺妈妈 (81)

第二部分 做一个优秀的人

第一章 磨砺高尚人格的试金石——自律	(87)
第一节 插上书的翅膀	谢心韵妈妈 (87)
第二节 贵在坚持	王思凯妈妈 (89)
第三节 五元钱	丁瑞丰妈妈 (92)
第四节 做情绪的小主人	赵嘉磊妈妈 (95)
第五节 让孩子在生活中学习	杜双翎妈妈 (98)
第六节 琴声悠扬	夏依菲妈妈 (101)
第七节 自律胜于他律	康钰晗妈妈 (104)
第八节 抓住心理 养成习惯	杨思佳妈妈 (107)
第二章 宽恕他人，快乐自己	(111)
第一节 包容	徐冠铭妈妈 (111)
第二节 学会宽容 给自己一片晴朗的天空	毕帅然妈妈 (114)
第三节 宽容是一辈子的财富	陆禹翮妈妈 (117)
第四节 学会体谅	张成妈妈 (120)
第五节 小故事，大道理	赵文睿妈妈 (122)
第三章 诚实比分数更重要	(125)
第一节 儿子，我们是“铁哥儿们”	程雨齐妈妈 (125)
第二节 诚实远重于分数	贾然裾妈妈 (129)
第三节 不许“赖皮”	刘星雨妈妈 (131)
第四节 抛开压力 让孩子做回自己	康钰晗妈妈 (134)
第五节 自 罚	王艳妈妈 (136)
第四章 遵守诺言让你更受欢迎	(139)
第一节 查资料	贾然裾妈妈 (139)
第二节 一诺千金	刘桑柔妈妈 (142)

第三节	遵守诺言，以身作则	夏依菲妈妈 (144)
第四节	守住对孩子的承诺	张成妈妈 (147)
第五节	最后一匹小马	王锦川妈妈 (149)
第六节	承诺式家庭教育	翟浩辰妈妈 (151)

第三部分 做一个有用的人

第一章	树立远大理想，心系社会祖国	(157)
第一节	由背诵乘法口诀引发的思考	孙启哲妈妈 (157)
第二节	种一颗“家”的种子	窦睿妈妈 (161)
第三节	家有爱女谈“育德”	闫佳慧妈妈 (164)
第四节	孩子，你们就是希望	王思凯妈妈 (170)
第五节	理想——心灵之花	谢心韵妈妈 (172)
第六节	少年强	程雨齐妈妈 (175)
第二章	没规矩不成方圆——遵纪守法	(178)
第一节	从小培养社会公德心	孙启哲妈妈 (178)
第二节	过马路	贾然裙妈妈 (181)
第三节	从守纪开始	李世豪妈妈 (183)
第四节	红灯停绿灯行	王思凯妈妈 (185)
第五节	玩扑克	刘星雨妈妈 (187)
第六节	和儿子一起学交规	王滢晨妈妈 (190)
第七节	我要做合格小公民	程雨齐妈妈 (192)
第三章	懂得良好的社交礼仪铸就完美人生	(196)
第一节	妈妈如何做，孩子才能有“礼”	李禹默妈妈 (196)
第二节	让孩子在生活的点滴中学习礼仪	胡佳辰妈妈 (199)
第三节	学礼“三步走”	贾然裙妈妈 (202)
第四节	宝宝，跟我学	杜双翎妈妈 (205)
第五节	天平上的尊重	闵小函妈妈 (208)
第六节	一支小小铅笔的感人故事	康钰晗妈妈 (211)
第七节	教女儿如何正确看待化妆	毛傲然妈妈 (214)
第四章	以身作则让美德传递下去	(217)
第一节	助人为快乐之本	李梓菡妈妈 (217)
第二节	做好人格教育	张能妈妈 (220)
第三节	70后父母的感触	方燕妈妈 (223)
第四节	不给别人添麻烦	柯艾真妈妈 (228)

第五节	爱的情怀	刘豫妈妈 (231)
第六节	“笨妈妈”教孩子学数学	夏依菲妈妈 (234)
第七节	勤俭节约是中华民族的传统美德	王喆妈妈 (238)

第一部分 做一个懂爱的人

卷首语

爱如泥土，孕育万物，丰富了人类的生命，提升了人性，不给予丝毫的限制和牵绊。

心怀慈悲，我们养成习惯，去帮助身陷困难或比我们更不幸的人。不只是在情感上为他感到怜悯，应该将这种情感化为实际行动。爱心和善意扩大并不意味着赠予，而是表现为慷慨和有礼的精神。善意是一种盲人可见到、聋者可听到的美德。在这个世界，有人需要我们用言语去安慰，他会因我们的出现而感到愉快且朝气蓬勃，他会因我们的帮助而脱离苦难。无论我们的存在是多么的微乎其微或不重要，对人类而言，就是珍贵的资产。所以，我们不应该为此而感到沮丧。甘地曾说：“你的善行多半是不显著的，但是，重要的是，你做了。”

第一章 让孩子懂得孝敬

孝子之至，莫大乎尊亲。

——孟子

慈母手中线，游子身上衣。谁言寸草心，报得三春晖。

——孟郊

一个人如果使自己的母亲伤心，无论他的地位多么显赫，无论他多么有名，他都是一个卑劣的人。

——亚米契斯

第一节 摸摸姥爷的手

——萧依寒妈妈

【理论小提示】

对孩子的教育应源于生活中的点点滴滴，源于情境、源于情景，源于情感，才能让教育入脑入心。其中最不容忽视的是教育者与被教育者之间的情感基础，一切建立在良好感情基础上的教育都比较容易达成。情感对人的实践活动具有积极的作用，使受教育者产生指向正确教育目标的动机，具有激励、诱发和调节的重要功能。