

只有智慧父母，才能教出天才儿童！



与孩子 一起成长

从《弟子规》学做智慧父母

侯宝达◎编



- 《弟子规》——
- 父母是子女最好的课外老师
- 子女是父母品行的最好反映

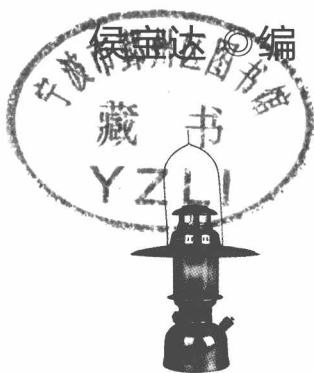


机械工业出版社
China Machine Press

只有智慧父母，才能教出天才儿童！

与孩子 一起成长

从《弟子规》学做智慧父母



YZLI0890121967

 机械工业出版社
China Machine Press

《弟子规》一书共 1080 个字，但其蕴涵的深刻的教育思想在今天依然适用。《弟子规》不仅适用于孩子学习，更应该成为父母教育孩子的指南。做父母的读懂了《弟子规》，才能更好地影响孩子、教育孩子，让孩子学会做人、做事。

本书没有刻意的诠释，而是选择把现代教育方法与《弟子规》的精髓揉在一起；没有刻板的教育性的语言，而是选择借助活生生的案例来说明父母对孩子要怎么教、怎么做。为人父母者在使用本书时，应把书中的案例当做一面镜子，照出现实中自身的不足，并加以完善、补充。

图书在版编目 (CIP) 数据

与孩子一起成长：从《弟子规》学做智慧父母 / 侯宝达编. —北京：
机械工业出版社，2012.1

ISBN 978-7-111-36852-6

I. ①与… II. ①侯… III. ①中小學生—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 265712 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

策划编辑：徐永杰

责任编辑：徐永杰 王 慧

责任印制：杨 曦

保定市中国画美凯印刷有限公司印刷

2012 年 1 月第 1 版·第 1 次印刷

170mm×242mm·13 印张·1 插页·196 千字

标准书号：ISBN 978-7-111-36852-6

定价：32.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心：(010) 88361066

门户网：<http://www.cmpbook.com>

销售一部：(010) 68326294

教材网：<http://www.cmpedu.com>

销售二部：(010) 88379649

读者购书热线：(010) 88379203

封面无防伪标均为盗版

前言

放眼望去，千百年来，中华民族的传统文化一直是人类文明发展过程中不可或缺的重要组成部分。古往今来，那些被我们称之为国学的典籍经久不衰，对我们的学习、工作、生活产生着巨大的积极影响和良好的推动作用。

我们知道，中华民族之所以历经磨难而始终屹立在世界的东方，就是源于由国学而产生的民族向心力和人文精神。可以这样说，国学的思想是中国传统文化之精髓，也是让我们延续下去的重要力量，它不仅传承了中华民族的基本精神，更为我们的子子孙孙带来了取之不尽、用之不竭的精神食粮。

早在2500年前，伟大的孔子毕其一生精力，博采众长，为创立和弘扬儒家文化作出了巨大的贡献。后人为了更好地延续儒学经典，不断从孔子的言论中提炼精髓，进而编著了无数值得当代人潜心研习的典籍，《弟子规》便是其中之一。

清朝康熙年间，山西绛州（今山西新绛县）人士李毓秀根据传统教育中对于儿童启蒙的要求，在孔子的《论语·学而篇》中提炼出第六条：“弟子入则孝，出则弟，谨而信，泛爱众，而亲仁，行有余力，则以学文。”然后加上自己的教书实践，写成了《训蒙文》一书。后来，经过贾存仁的修订，最终成为了我们现在所看到的《弟子规》。

在这本仅有360句、1080个字的《弟子规》中，我们可以看到儒家文化的精髓，同时学到对儿童进行早期启蒙教育的方法。实际上，《弟子

规》不仅是用来培养孩子孝敬父母、友爱兄弟、待人接物、修身治学等为人处世应有的基本理念和规范的良好资源，还是父母用来自省其身，学习和借鉴教子良方的优秀典籍。

然而，由于《弟子规》的编写年代比较久远，和我们今天的语言有所出入，很多父母尽管早就意识到它的重要性，并且在孩子很小的时候就开始敦促其诵读，却往往由于不明白其中深意，致使无法更好地应用它对孩子进行教导，白白浪费了教育资源。

如今，很多父母因为担心教育不好自己的子女而忧心忡忡，不知道从何入手，同时也担心外界的众多诱惑会影响到孩子的成长和发展。在这样的条件和背景下，为了让天下所有爱子心切的父母，在关注孩子身体健康和学习情况的同时，使孩子拥有更好的成长环境和良好的生活、学习习惯，同时将更多的父母打造为好父母、我经过悉心研习、精心编著，完成了本书。

本书在对《弟子规》中每个章节进行详细解读和理解延伸的前提下，还运用日常生活中显而易见的事例进行拓展解析，不仅可以帮助您更好地理解和学习《弟子规》，还能让您在运用《弟子规》来教育孩子时更加得心应手。希望广大家长朋友们通过对本书的阅读，从《弟子规》中得到更多启示，进而提升自己，并让孩子获得一个更加美好的未来。



目 录

前 言

总 叙

第一部分

人则孝 /3

1. 如何说孩子才愿意听 /4
2. 怎样批评孩子最有效 /7
3. 用实际行动教孩子关爱父母 /10
4. 帮助孩子养成良好的行为习惯和作息习惯 /13
5. 教育孩子不要任性 /16
6. 帮助孩子养成良好的品德 /19
7. 矫正孩子的不良习惯 /22
8. 教孩子如何保护自己 /25
9. 让孩子学会自省 /28
10. 做好孩子的榜样 /32
11. 带领孩子共同孝顺父母 /35

第二部分

出则弟 /39

12. 让孩子学会宽容 /40
13. 教孩子树立正确的价值观 /43
14. 让孩子学习正确的行为规范 /46
15. 培养孩子乐于助人的品德 /48
16. 让孩子拥有谦虚的品格 /51
17. 和孩子一起尊老敬贤 /54
18. 教孩子如何遵守规矩 /57
19. 怎样让孩子有教养 /60
20. 教育孩子团结友爱 /63

第三部分

谨 /67

21. 让孩子懂得珍惜时间 /68
22. 从小养成讲卫生的习惯 /71
23. 与孩子共同关注仪表问题 /74
24. 教孩子注意生活细节 /77
25. 杜绝爱慕虚荣的坏习惯 /80
26. 帮助孩子养成良好的饮食习惯 /83
27. 教孩子正确的举止礼仪 /86
28. 培养孩子细心谨慎的习惯 /89
29. 和孩子一起学习自律 /92
30. 教孩子拜访的礼仪 /95
31. 让孩子懂得“偷”和“借”的区别 /99



第四部分

信 /103

32. 让孩子拥有诚信 /104
33. 让孩子学会“慎言” /107
34. 陪孩子一起掌握语言 /111
35. 让孩子懂得见贤思齐 /114
36. 不要让孩子盲目攀比 /117
37. 教孩子如何择友 /120
38. 引导孩子正视错误 /123

第五部分

泛爱众 /127

39. 让孩子学会博爱 /128
40. 培养孩子德才兼备 /131
41. 纠正孩子身上的“小缺点” /134
42. 让孩子学会“察言观色” /138
43. 教孩子为人处世的细节 /141
44. 培养孩子的说服力 /144
45. 和孩子一起学习谦让 /147
46. 让孩子懂得为他人着想 /150
47. 教孩子学会感恩 /153
48. 让孩子学会尊重他人 /156

第六部分

亲 仁 /159

49. 引导孩子尊敬和学习贤人 /160
50. 教孩子明辨是非 /163



第七部分

余力学文 /167

51. 学习要有恒心 /168
52. 教孩子掌握课堂学习的正确方法 /171
53. 告诉孩子做学问要专注 /174
54. 陪孩子共同制订学习计划 /177
55. 让孩子掌握质疑的能力 /180
56. 为孩子营造良好的学习环境 /183
57. 培养孩子在学习中的耐心 /186
58. 让孩子学会爱护图书 /189
59. 教孩子如何正确选择图书 /192
60. 帮助孩子树立自信心 /195



总叙

弟子规 圣人训 首孝弟 次谨信
泛爱众 而亲仁 有余力 则学文

阐述：

《弟子规》原名《训蒙文》，是清朝康熙年间秀才李毓秀所著。其内容采用《论语·学而篇》第六条“弟子入则孝，出则弟，谨而信，泛爱众，而亲仁，行有余力，则以学文”的文义，以三字一句、两句一韵编纂而成，分为七个部分加以详细讲解，具体列举出为人子弟在家、出外、待人接物、求学应有的礼仪与规范，特别强调家庭教育与生活教育的重要性。在日常生活中，首先要做到孝顺父母，友爱兄弟姐妹；其次言语行为要小心谨慎，要讲信用，和大众相处时要平等博爱，亲近有仁德的人，并且向他们学习。这些都是很重要且非做不可的事，如果做了这些之后，还有多余的时间、精力，就应该好好地学习六艺等其他有益的学问。

后来，《训蒙文》经清朝贾存仁修订改编，并更名为《弟子规》，成为培养孩子良好性格，使之养成勤奋好学美德的经典读物。

第一部分 入则孝



1. 如何说孩子才愿意听

原文

父母呼 应勿缓 父母命 行勿懒

注释

当父母呼唤或是有什么吩咐时，要及时回答，不要慢吞吞地很久才应答；当父母交代了一些事情时，要立刻动身去做，不可拖延或推辞偷懒。

亲子互动

在教育孩子方面，古人一再强调孩子要听父母的话，但在现代社会中，很多父母却可能会遇到这样的事情：当自己对孩子说话时，孩子爱理不理，或根本没有反应，在这种情况下，有的父母可能会生气地对孩子恶言相向，甚至“拳脚伺候”，也有的父母在摇头叹气的同时咽下要说的话。

实际上，这些都不是最佳选择。打骂孩子只能让他口服心不服，更容易产生逆反心理，甚至对你的言行作出过激反应；如果打住要说的话，孩子则不会把你的话放在心里，不管你说什么，他都会消极对待。那么，父母如何说，孩子才愿意听呢？

◎ 选对说话的时机

心理学家认为，人只有在心情好时才对外界信息更容易接受，同样的



道理，父母在和孩子说话时，也应该注重说话的时机，如果选择在孩子情绪高涨时说，谈话的效果就会明显。

李勇是某小学六年级的学生。一天，他放学回来以后，并没有像往常一样和妈妈谈论学校里发生的一些趣事，反而一副心事重重的样子，好像受了什么打击。在吃饭时，妈妈没有注意到他低落的心情。

李勇只吃了几口饭就放下了碗筷，正要回到自己的屋里去，这时妈妈发话了：“李勇，怎么回事，饭还没吃完呢，你把碗里的饭吃完再走！”李勇正满肚子的不愉快呢，一听妈妈说话，没有吱声。妈妈一看他没有反应，一下子就火了，开始教训起李勇来：“你这孩子，怎么这么不听话？没学过那首诗吗？‘谁知盘中餐，粒粒皆辛苦’啊。你要是不吃盛这么一大碗干什么？你以为买米不要钱啊！”李勇越听越不耐烦，觉得妈妈今天怎么这么唠叨？于是马上转身回到了自己的卧室。

分析这个案例可以看出，这里关键的一个问题就是时机选择的问题，当李勇心情不好时，任何有关他的不好的言论在他听来都是逆耳之言，是很难被他接受的。

所以，当父母和孩子说话时选择恰当的时机很重要。而要保证教育孩子的效果，还要做到对以下几个不当时机的回避：

(1) 当着其他人的面教育孩子（尤其不能当着孩子同学和朋友的面数落他）。

(2) 在孩子情绪低落时教育他。

(3) 以数罪并罚的形式教育孩子。

(4) 以别的孩子为榜样教育孩子。

(5) 在孩子吃饭时教育他。

(6) 在孩子认真做某件事情时教育他。

以上这些时机都是应该回避的，否则，教育就无法达到预期的效果。

◎ 不要对孩子“爆粗口”

在生活中，有的父母只要孩子一犯错，就恶言相向。其实，温和的语



气更利于对孩子的教育，更能使孩子健康快乐地成长。父母在和孩子沟通时如果能多一点人情味，面对孩子的错误和不足能心平气和、通情达理地去解释分析，孩子就容易接受，从而达到教育的目的。

遗憾的是，很多父母的观点是“不打不成器”。于是，当孩子考试成绩不理想时，迎接他们的不是安慰和鼓励，往往是耳光、棍棒、扫帚把子、罚跪等，更为“残酷”的是，部分家长还使出了另一个撒手锏——心罚。

“你真笨！简直丢尽了我们的脸！”

“没出息的东西，我就知道你不是读书的料！”

“等着吧，你下次再考不好，我跟你算总账！”

……

当这样的话语像子弹一样从父母的口中射出，一颗颗击中孩子的心灵时，给孩子造成的心灵伤害远远大于对他们的体罚。这些像刀子一样的语言，虽然对孩子的身体没有明显的影响，但父母脱口而出的尖酸刻薄甚至残忍的话语，会在孩子的心灵上刻下道道伤痕。

某儿童专家这样说过：“在个体人格发展方面，教师的影响仅次于父母。一个孩子如果拥有甜蜜的家庭，享有父母的爱，又得到一个身心健康的教师，那应该是无比幸福的。相反，如果他既不能从父母那里得到足够的关怀与爱护，又受到情绪不稳定的教师的无端呵斥，必将出现许多身心发展方面的问题。”

的确如此，在父母“语言暴力”的侵袭下，很多家庭在沟通上出现了障碍，并导致种种不幸的发生：

有位花季少女服药自尽前，在遗书中这样写道：“妈妈，你总是说我没有出息，丢尽了你的脸。我死后，再也没有人惹你生气了……”

一位16岁的中学生离家出走后至今未归，他在留给父母的信中说：“爸爸、妈妈，我走了。我实在受不了你们的唠叨，我也想考试得满分，为你们争一口气，可是我努力了，却怎么也拿不到第一。爸爸，你对我失望，我早就知道，可你竟然在家长会上对老师说‘我觉得白养了他一场，我为有这样的儿子觉得丢人’。我走了，永远也不会回来了……”





上面这些例子虽然都很极端，但那些每天承受着父母责骂、讽刺，在“灰色家庭”中痛苦挣扎和生活的孩子还有很多很多。“语言暴力”是“杀人不见血的刀”，它对孩子们的伤害比体罚更具有摧残性。

所以，不管孩子是不是真的“笨得不可救药”，或是做了让大人“觉得没有面子”的事，父母都应该用爱和温暖去教育孩子、感化孩子，而不是运用“语言暴力”打击孩子、摧残孩子。

2. 怎样批评孩子最有效

原文

父母教 须敬听 父母责 须顺承

注释

父母教导晚辈为人处世的道理，是为了晚辈们好，因此应该恭敬地聆听。当做错了事，父母批评教育时，应当虚心接受，不可强词夺理，使父母生气、伤心。

亲子互动

在现代社会里，孩子们多是独生子女，往往集万千宠爱于一身，有爷爷、奶奶、外公、外婆、爸爸、妈妈宠着，照顾着。在这种情况下，孩子如果犯了什么错，当有一位长辈对其进行批评教育时，其他长辈都会护着孩子，这样，教育效果往往大打折扣。

古代有“父为子纲”这样的做人信条当然不适合现代家庭教育，但是古人也给我们留下了很多教育孩子的好的思想和方法，这些同样适用于当代的父母们。

现代家庭里的孩子，他们身上具有很多积极的因素，他们在学习知识的同时，有勇气去做自己喜欢做的事情；他们敢于对父母不合适的言论提出自己的意见，有自己的主意……但在这些孩子身上，大多缺乏那种对父母的发自内心的尊重和敬爱，对于父母的正确的批评，他们也往往是左耳





朵进右耳朵出，有的甚至根本不听，或是找理由为自己开脱。之所以会出现这种情况，还是由于父母与孩子之间的沟通不畅造成的。那么，父母使用什么样的批评方式，孩子才能够接受呢？

◎ “胡萝卜”加“大棒”

我们成年人大多有这样的心理：当某人批评我们时，即使明知道是自己的错，但心里还是很难接受对方的意见，之所以有这种来自心里的抵触，是因为很多人认为被批评是一件很没“自尊”、很没“面子”的事情。

孩子也是如此，他们甚至比成年人更敏感、更自尊，也更脆弱，因此一旦遭受批评，特别是来自于父母严厉的批评时，部分孩子的反应经常很激烈，他们或采取沉默的方式表达自己对父母的不满，或者干脆以逃学、离家出走等过激行为来与父母对抗。所以，当孩子犯了错误时，父母对孩子的批评教育方式要有策略性的。比如父母可采取先表扬后批评的方式，孩子既乐于接受又不至于造成他们的“尊严”和“面子”被伤害，是一举两得的事情。

八岁的孙力是个“小马虎”，经常是他刚到学校，父母又在后面追着给他送作业本或是送中餐的饭钱，为此事，他的父母没少批评他，可孙力就是“屡教不改”。一次，孙力的妈妈又因为他把运动服忘在家里而生气地骂道：“你是不是猪脑子呀，怎么总是记不住呢，我不是叮嘱过你每天走前要检查一下，看看还有什么要用的东西落在家里吗？你怎么就听不进去呢？”

孙力听后，默默地背着书包去了学校。接下来的几天，孙力果真什么东西也没落在家里，但是这几天他也没有跟妈妈说一句话。每天放学回家吃完饭后，他就回自己的房间并紧锁着门，任凭妈妈怎么说，他就是不开门。

妈妈这才意识到了问题的严重性，她知道自己的批评过于严厉，已伤害了孩子的自尊。于是，她决定改变自己的批评方式，让孩子既乐于接受，又能彻底改正错误。当然，目前先要做的是如何向孩子表示歉意，并想办法使母子之间的关系和好如初。