

查小欣 —— 著

给孩子最好的礼物 如取如携

陪你跑一场 马拉松



查小欣

著

Parenthood,
a Lifelong
Marathon

陪你跑一场 马拉松

SPM

南方出版传媒

全国优秀出版社
全国百佳图书出版单位



广东教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

陪你跑一场马拉松 / 查小欣著. —广州: 广东教育出版社, 2015.8

ISBN 978-7-5548-0788-0

I. ①陪… II. ①查… III. ①散文集-中国-当代 IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第180672号

陪你跑一场马拉松

PEI NI PAO YICHANG MALASONG

责任编辑: 陈定天 蚁思妍

营销编辑: 周 荀 倪洁玲

责任技编: 杨启承

装帧设计: 熊琼工作室

排版设计: 友间文化

出版发行: 广东教育出版社

(广州市环市东路472号12-15楼 邮政编码: 510075)

网 址: <http://www.gjs.cn>

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 广东信源彩色印务有限公司

(广州市番禺区南村镇南村村东兴工业园)

规 格: 890毫米×1240毫米 32开本 9印张 288 000字

版 次: 2015年8月第1版 2015年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5548-0788-0

定 价: 38.00元

质量监督电话: 020-87613102 邮箱: gjs-quality@gdpg.com.cn

购书咨询电话: 020-87615809

本书经查小欣中国内地总代理: 北京点形文化传播有限责任公司独家授权

陪儿子跑一场马拉松，需并肩同步，不作让责，跑来
从容但不纵容，信任却不放任，严谨又不严苛。

——查小欣

梁咏琪
序

刚为人母几个月，我已经开始参考不同儿童心理学的书籍，明白到教育儿女确实是一门学不完的学问。这本书肯定是我这个新手妈妈的家长指引。

A handwritten signature in black ink, which appears to be 'Leong Yung-kei' in a stylized cursive script.

张智霖

序



为人父母对我来说是一件既新鲜又像是前尘的往事。

为何是前尘？

皆因我也是别人的儿子，每当看见儿子在成长路上跌跌碰碰，仿佛就看见自己乳臭未干的影子……

我是幸运的。

虽然我在单亲家庭长大，但母亲对我的爱影响深远。在我印象当中，妈妈从来没有打骂过我，揶揄、刻薄、取笑通通都不曾出现在我俩的关系里，也不是说我妈是一个很有智慧很会教导

小孩的人，但她的乐观，她的正能量及幽默感，却教我茁壮成长！

记得有一次我大概十四五岁正值反叛期，都忘记了是为了何事跟妈妈闹意见，竟然“砰”的一声把书柜的玻璃门打爆了，那一刻年少无知的我已准备跟家人开火了，没想到妈妈只是默默地拿着扫把，把玻璃碎轻轻地扫掉。妈妈没有跟我对质，没有骂我，只是低着头说：我没能力给你最好的……

从那一刻起，我发誓我永不再顶撞我妈妈，我要好好保护她，给她最好的！

我认为她很厉害，无招胜有招！

当然，不是所有关系用同一种方法都会奏效的，所以我说我是幸运的，我妈妈对症下药：一针见血，而她的药方就是包容，就是爱。

到了今天我也是孩子的爸爸，我对待他的方法就如妈妈对我一样，无招胜有招、无声胜有声，让他去闯也让他去错，守护在他旁边做一个旁观者。

需要时可支援，必要时可聆听，我对他的期望由始至终没有改变过。我希望他健康快乐，我希望他乐于助人，我更希望他懂得爱。

读过小欣姐的这本书，感觉小欣姐像是借着儿子成长的过程，去完满自己的人生路，当中有高有低，有喜有忧……

我相信，某一天，当我们蓦然回首，发现无论亲子相处的过程如何历尽艰辛，我们都会庆幸，曾经参与过，足矣。



大头 序

我的妈妈

我妈妈身形娇小，但她的坚毅和能量并不渺小，虽然身兼多职，同时要持家及养育我，仍能全力以赴。凭着努力不懈和无比坚定的毅力，让她成为一位名人，栽培儿子考进大学，还发掘出自己的艺术潜能，她就如一股不曾停歇或减缓的旋风，在她的人生路上总能做到凡事达标。亲睹这个强大、优秀、充满朝气的妈妈风姿绰约，是我最大的荣幸。

她是我的楷模，我是她最忠实的拥护者。

她是我的母亲，我希望能成为让她引以为傲的儿子。

Ion

自

序

给孩子最好的礼物

父母给孩子最好的礼物是什么？

父母的爱？——充分而不过分，分寸的把握需要智慧。

三餐温饱？——养育孩子不是养宠物。

温暖的家？——应该的基本配件，怎可当礼物？

优良教育？——只供书教学太敷衍塞责，记得缚上“身教”的大丝带结。

优质生活？——容易养出飞不起的笼中鸟。

如珠如宝？——市面又多一头剪掉利爪的狮子。

无限自由？——自律性比天高的孩子才配拥有。

当我决定要生孩子，开始多番考量，作为母亲该为孩子预备一份怎么样的礼物，才能令他拥有一个丰足快乐的人生？

丰足人生不等同于奢华生活，眼光放远大一点，真正丰足的人生，是拥有一颗善良的心、一份可贵的自信、远大的视野、独到的分析力、高于智商的情商、待人接物的礼貌、无比的上进心、无人可夺去的积极、内置式抗压能力、清晰的判断力、追求学问的热忱、独立自主、品味气质、文化水平——这些装备一生受用不尽，即使在竞争激烈的社会，国际化的世代，仍可以快乐地生活，并非豪宅楼王、名贵跑车、股票珠宝、一堆银行存款可比拟。

授儿以鱼不若授儿以渔。与其做孩子的贴身保镖，不如教他一身好功夫，让他能好好保护自己。

见过很多溺爱孩子变成害孩子的父母，他们不明白爱是要管理的、有规则的，用错方法，胡乱地爱，孩子会被宠坏；相反，很多父母对孩子管教太虎，几近虐儿，跟用错方法去爱一样，会适得其反。

要拿捏如何不会爱心泛滥，管教不会过分严苛，是需要微调又微调的。跟烹调菜式一样，太甜，洒多把盐平衡，太辣便加糖。要成为厨艺达人需经过不断实验、改变、尝试、调教、过滤、去芜存菁，才能得出自己的一套烹调技巧。

音乐、创意、绘画、数学、运动、游戏、烹饪、演戏、跳舞、念书，通通都有天分可讲；亲子，没天分可言，需要努力经营，亲力亲为，责任决不能外判。

很享受写这12万字的时光，让我可以好好静心回想儿子由毛毛头成长至大头的过程，母子相处的点点滴滴，其中很多领悟——我一直以为我在塑造他成为理想的儿子，其实他也在改造我成为他心目中理想的妈妈，他带给我意想不到的反思和能量。

行文时勾起很多与他的真情对话和温馨小故事，有他反叛不肯让妈妈拖他手的回忆，教他如何刷牙洗脸的情景，我一言、他九顶（嘴）的剑拔弩张，我搂着他哭、他拥着我泣的感动时刻……伴他度过他几乎所有的“第一次”，他对妈妈的依赖同时又努力挣脱妈妈保护他的翅膀，失落感、满足感、愧疚感交集，不期然流泪，又禁不住会心微笑，心底泛起阵阵甜酸苦辣，忍不住拿起手机短信大头：“妈妈爱你。”再加几个心形图案。

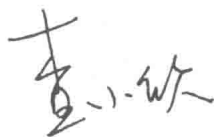
家中有个木柜，专门用来收藏大头有纪念性的物品，如多年来的成绩单、功课、他送给我们的贺卡、画等，为本书在木柜找插图时，发现他的乳齿，共12只，由2001年至2006年间，他换牙时，一只只自然脱落，我将每只放入小盒保存，盒上列明掉落日期和地点，12只牙盛载他的童年回忆。他六七岁时去麦当劳吃薯条，他忽然瞪大眼睛说：“妈妈，我吞了一只牙。”他张开小嘴给我检视，果然有个小血洞，牙已在他肚子里，马上给他一个软雪糕替伤口凝血。

换牙期间，从没劳烦牙医脱牙，因他早晚勤刷牙，没有一只烂牙，不用挨拔牙之苦，是他送给自己童年的一份好礼物。

告知身在十万八千里外的大头要写本亲子书，他回短信：“想必会提到我了。”后面附着几个笑面图案。邀请他写序言，他雀跃地交来，看后感到意外，我从来不知道在大头心目中我的形象如他说的那么强大，最爱跟我顶嘴的他，只在小五写的《我的妈妈》一文中曾这样坦白表达，看来经过这些年我仍能保持在他心目中的形象（一笑）。

经常被问道：作为一个忙得每天只有三四个小时睡眠时间的职场妇女，你如何分配时间给事业和家庭？怎样腾出时间进行亲子互动？工作有没有影响你与丈夫及儿子的感情？对儿子成长有没有造成影响？儿子怎样理解职业是评论、报道娱乐八卦新闻的妈妈？怎样设计铺排儿子的起跑线？……一大堆问题的答案就在书中。

过去20年，是儿子人生的初级阶段，是我事业拼搏的高峰期，努力坚持在两者间取得平衡，过程苦乐参半。总括得失，列出心目中送给孩子最好的礼物清单，公诸各位，欢迎如取如携，愿你们少走冤枉路，调教出文明的新世代。



2015年6月1日（儿童节快乐！）

目 录

“来，妈妈带你上洗手间。”

与儿子同桌共食，让他吃私家饭，用意是从吃饭开始训练他，要知道规矩，知道小孩子什么可以吃、什么不可以吃，自小有这个概念；同时，训练专注，他明知不论如何，他也不可能吃大人食物，倒不如专心吃好私家饭。

3 180 cm年轻人

- 3 180 cm
- 8 面对欺凌
- 11 恃强凌弱
- 14 狗仔队
- 17 “批评法”好与坏
- 20 路盲

22 “来，妈妈带你上洗手间。”

- 22 “来，妈妈带你上洗手间。”

24 专注力

- 24 先天养成

27 后天补足

30 除四害

33 养宠物是一生一世的事

33 三个理由

37 小蛇、蜘蛛、蜥蜴

40 遛狗义工

44 运动启示录

44 运动启示录

48 足球与游泳

52 奔前锋，做后卫

55 私人教练

59 关心≠操控

59 牛扒宣言

62 自己饭自己吃

64 关心≠操控

升学运动

我既明言让儿子念国际学校，是向本地教育作出抗议，如儿子被本地学校拒收，抗议会被视为“因为考不上便美其名为抗议”，要把话说得响亮，就要考进去，然后拒绝入读。

以此身教儿子，口讲无凭，行动才是最有力的证明。

72 15岁那年

- 72 15岁那年
- 76 去哪里升学?
- 79 按动“警钟”
- 81 教育大生意
- 83 合约教训

88 面向国际化

- 88 部署入名校
- 90 抢学位
- 94 各出奇谋
- 96 “土地”也错
- 98 本地还是国际?
- 102 面向国际化
- 105 眼珠子掉了下来
- 108 学好中文

111 独立大学生

- 111 由“说不”到大学
- 115 新的起跑线
- 119 独立大学生
- 122 完成大一
- 126 离家出走
- 133 洗厕所
- 135 矮墙后的棕榈树

深宵骑单车

说一句“不可以”“不准”太容易，不花一秒，但带来的后果可能要花很长时间去化解。在很多事情上，儿子都已做了“乖宝宝”，“很多事情”他都会被否决，也得给他一个透气的空间，有看似绝对的自主，否则长期遭否决，孩子很易患上“母亲病”，活在母亲阴影下，蚕食独立自主。

145 初恋

- 145 他喜欢女孩子吗？
- 149 初恋
- 153 他煮人生第一道菜
- 155 他失恋了

163 跟压力跳探戈

- 163 跟压力跳探戈
- 168 过山车
- 171 为什么吸毒？

174 深宵骑单车

- 174 地域阶级
- 177 深宵骑单车

181 理财，他懂吗？

- 181 理财，他懂吗？
- 184 8万元

187 贿赂友谊

188 过度承诺

191 价值观

191 价值观

195 我想加入娱乐圈

195 我想加入娱乐圈

行政妈妈

经常自嘲是个相当全面的行政人员，工作上担任行政角色，用行政管理的一套方法持家，做行政主妇，在照顾儿子方面，因要兼顾事业，未能做全职妈妈，唯有做“行政妈妈”，用行政管理方法确保儿子得到可靠的照顾。

203 工作狂妈妈

203 行政妈妈

206 “妈妈，别走！”

210 “你可以做正常妈妈吗？”

212 三栖妈妈

217 公司倒闭了

219 骑劫道德

222 不体罚