

# 阅读是最浪漫的教养

台湾教育界齐声推荐：

读80本好书、赏50部佳片、品25个典范人物、听音乐、去旅行、看展览……  
教养，放学后才是关键！

32份浪漫生活清单，孩子一生的幸运礼物！  
被誉为《亲爱的安德烈》少年版！

李伟文 双胞胎AB宝 / 著

台湾教养界  
第一爸爸 李伟文  
最新亲子力作

一位教养专家给双胞胎女儿的32份浪漫生活清单



# 阅读是 最浪漫的 教养

李伟文 双胞胎AB宝 / 著

一位教养专家给双胞胎女儿的32份浪漫生活清单

# 给孩子最好的礼物： 亲子对话与共读

——洪世昌（台北市立图书馆馆长）

当子女进入青春期，亲子关系的疏离是很多父母面临的挑战，正忙于事业冲刺的家长，与被学业压得喘不过气的子女，极容易抱怨彼此的不体谅与不了解。李伟文医师与其双胞胎女儿——AB宝的亲子交换日记，可以作为亲子“对话”的典范，他除了在睡前溜进女儿房里的口语聊天对话，也针对女儿的阅读日记与女儿进行文字的对话。在对话的价值之外，“三明治”式阅读的教养方式，成就了AB宝兼顾学业与生活的可贵之处，通过文字、影片、音乐三种素材的亲子共读、共赏与心得分享，李医师给了孩子最好的礼物，它不是考上令人称羡的高中名校，而是一种带得走的能力；一种能够通过自主阅读而学习与判断思考的能力。

## 阅读书， 也阅读生活与心灵

—— 冯季眉（台湾国语日报社副社长）

教

出会读书、会生活、会思考的孩子，是很多父母的期待。但是，谈何容易！

伟文工作忙碌，却懂得找时间、找方法，带孩子爱上阅读。他对阅读信念坚定，但手法温柔，使得亲子共读能够自然而然、其乐融融；不仅共读文字书，还一起阅读自然、阅读电影、阅读各式各样的生活与心灵……

用“阅读”作为教养手段，使教育理念真正融入生活；伟文与双胞胎女儿 AB 宝现身说法，让我们切实了解这一切是如何发生的。

陈美儒，  
也可以是这么甜美浪漫！

——陈美儒（亲子教育家、建国高级中学资深名师）

**阅**读、阅读好书一直是台湾地区的教育部门近年来十分热烈推广的一项重要活动。所以，你会在报纸上看到，有小学校长为鼓励学生阅读而亲自扮演唐老鸭，为小朋友朗读寓言故事。通过新闻媒体，你会发现好多中小学、图书馆，每学期都在颁奖、送礼物给阅读、借书最多的同学。

然而在李伟文医师和AB宝的亲子交换日记里，我却惊喜地发现，他竟然巧妙地將阅读化为亲子沟通的桥梁，更充满柔情地把它变成最浪漫的亲子教育。

说来好笑，认识李伟文医师是在书店的亲子书架上。我方才才知道这位既是牙医师又是执笔亲子专栏的作家，竟然还是拥有一对双胞胎女儿的爸爸。

AB宝，一对今年各自考上北一女和中山女高的双胞胎，她们每周的读书心得、生活杂感，生动、纯真地表达了十六七岁少女的心底话语。再加上伟文爸爸的回应和十分特别的“浪漫生活清单”，成为本书最大的特色与架构。

看着AB宝少女情怀、天真烂漫的文字，与这位开明、爱读书，既不

死板也不老梗的伟文爸爸的回应，还真是人间家庭的稀世美味。更让我不禁想起，多年前，当我女儿刚进入中学的第一天，为了跟她“谈心”，我就决定为《北市青年》每个月以书信方式写信给女儿，一篇三千字的专栏，内容涵括对学业、对师长、同侪人际交往、如何分辨究竟是友情还是爱情、遇到被误解、受了委屈又该怎么办……尽是现实生活中的点点滴滴，但痴嗔怨怒、有喜有忧，全然掺杂在其中。

没想到，推出不到几个月，《北市青年》的编辑部竟收到了近百封青少年的热烈来信，甚至连着好几年，一直是《北市青年》问卷调查中最受欢迎的专栏。

如今，女儿早已长大，目前正在国外研究所攻读博士学位。不过我始终执笔这个专栏，因为我珍惜和每个青春儿女心灵交会的机会。

过去二十多年，我写作出版了三十多部亲子教育的书籍和录音带、DVD，近年来则致力经营语文学习、“悦”读十三经和国学常识的著述。不过，每个月还是有许多出版社，要我为他们即将出版的亲子教养书撰文导读与推荐。我发现举凡跟亲子有关的书籍，百分之八十仍来自国外的译本。难道是我们本土的亲子专家不够权威受人信任、没有卖点？抑或是国外的教养思维真的比较新颖、更具说服力？

很高兴，在尚未见到《阅读是最浪漫的教养》书稿之前，我早已被这位建中毕业，充满热情，身兼牙医、作家、环保志工的李伟文医师的文字所吸引。

放眼望去，亲子书领域的作者，执笔者几乎全是妈妈。而李伟文却是万红丛中一点绿，十分难得的爸爸作家。书中除了他一贯流畅轻松的文笔之外，还可以深刻地感受到这位现代爸爸对孩子无微不至的呵护，其实隐藏在背后的，却是对许许多多与他女儿同龄的少年男女，面对人生哲理、生命存在意义的潜移默化、暗暗牵引。

这本书跟一般教养书最大的不同是，篇篇都有AB宝的亲身体验与想法，两个青春少女文笔之优美清丽，实在让我这个在建中红楼任教国文逾三十年的老师颇有“惊艳”之叹。更有那伟文爸爸的轻快笔调、幽默巧思，他的浪漫生活清单从听音乐、看好书、看电影、看日剧到旅游、逛夜

市，交织出父女三人最甜蜜的心灵对话。

我认为亲子教养，最忌讳条列朱子家规似的来训人，也不必勉强每天非要读几篇文章、做多少数理演算题，才算是好学生、乖孩子。

我愿全力推荐李伟文医师这本新书给天下的父母、儿女，因为它其中包含的二十五个典范人物，加上八十本书目和五十部影片，可以说，就是送给每个成长中孩子的最佳礼物，更提供了爸爸妈妈与孩子喜悦共享的亲子平台。

原来，阅读是最浪漫的教养；谈教养，也可以是这么甜美浪漫！

## 伟文这一家人， 教养不是谈假的！

——薛荷玉（《联合报》教育版记者）

从小就梦想有一天能到远方去探险，体验不同的风土人情。但年纪渐长，我发现，精彩的“探险”往往不在异域远方，而是推开一扇与我家不同的家门。

推开门，我看到，有人连在家进晚餐都西装革履，也有人家的餐桌铺着报纸，用纸碗、纸盘、免洗筷；推开门，有人一家老小都穿着全套睡衣、睡袍，也有人家崇尚天体。你家、我家、他家，竟有这么大的不同。

去年一个湿冷的冬夜，我开车上新店山区，拜访李伟文一家所住的文蕴居，就是一趟奇妙的探险。这家里的客厅没有电视、没有沙发，只有一张像乒乓球桌般的大桌，AB宝各据一角，中间层层叠叠堆满了书。

伟文说，孩子一回家坐的位置，决定他们的高度。显而易见，AB宝回家后，如果不坐在餐桌，或躺在床上，就只能坐在书桌前。于是，功课总在晚餐前就能做完，余下的时间，她们勤于阅读、写作，两天就能看完一本厚厚的新书。

AB宝吃过晚饭，说想用投影机看克莉斯蒂的白罗探案影片，于是我跟



伟文进书房做访谈，没一会儿，我出来倒热水，发现AB宝已关了投影机，我问为什么？她们竟答这影片太长，看完会超过十点的就寝时间，所以不看了。这样小的年纪，就这般自制、自律，让我好生惊讶。

后来我还知道，她们姊妹从小就学会规划周六、周日的作息，早上几点起床、几点练扯铃、几点读小说，都按表操课，这下子，我的惊讶更深了。

伟文得意地笑说，他从小是童子军，“最高明的团长绝不需要亲手生火、搭帐篷，只要靠在折椅上抽烟斗就行了。”

平日我采访教育新闻，看到不少空有梦想，却无法负责任去实践的孩子，常为他们感到惋惜。他们想奋发向上，好好去学一门学问或是技艺，但却无法督促自己。跟老师、老板、客户好不容易约好了，却因前一日晚睡而迟到；做到一半就嫌累、嫌热、嫌钱少，坚持不下去。

自律的习惯是要从小养成的。AB宝就是我看过的最能自律的孩子，我想，只要有这份精神，无论做什么都能成功。

难得的是，我原以为伟文是军事管理出的自律。但AB宝却没有一点被威权管教的影子，她们也会甜蜜蜜、孩子气地搂着伟文撒娇；睁着清澈晶亮的眼眸，要我讲述去丹麦哥本哈根采访峰会的故事。她们读的书很多，却没有文艺少女的故作老成、愤世嫉俗，真不容易。

AB宝都是漂亮的小女生，但身上穿着的全是双胞胎表姐送给她们的二手衣。我问她们，不喜欢逛街买新衣服吗？她们说，逛街太麻烦了，而且，表姐给的衣服都很好，有些几乎是全新的。客厅里就有两袋表姐刚拿来的衣服。我对这对小姐妹的佩服更深了，伟文夫妇教孩子教得真好。

不少婚姻专家的婚姻失败，教养专家教出的孩子一塌糊涂。但李伟文谈教养，却不是讲假的，AB宝真有教养，有礼、健康、开朗、简朴，而且充满好奇心，贪看她们读书、说话、打球的青春模样，让我舍不得离开。

跟这一家子挥挥手，文蕴居的门在我身后关上。我想着，这门看来真是一扇普通的门呀，门后的人事景物却再奇妙不过！

作者序

## 那些孩子教我的事！

——李伟文

跟有孩子的老朋友相聚时，往往聊着聊着不小心就聊成“爸爸经”，有时兴高采烈，有时又互吐苦水。有一次，在长庚医院任职的高中好友忽然感叹：“记得我们小时候父母亲好像完全没有时间管我们，我们还不是长得都还不错，那么我们现在究竟需不需要花那么多心力在孩子身上呢？”

此话一出立刻引起热烈的讨论，最后大家的结论是：“需要的，在这个时代若像我们的父母亲那样不管孩子的话，孩子真的会长得不太好。”因为时代的变迁，除了愈来愈复杂，诱惑愈来愈多，竞争也愈来愈剧烈，现在的社会的确不太容易能够安安静静照着自己的步伐，依着自己的速度慢慢学习与成长。

可是，若是必须“管”孩子，又该怎么管？

我看到不计其数的家长“管”得很认真，却管出许多亲子问题，搞不好还真的不如放牛吃草来得好呢！那么“管跟不管”之间，该如何拿捏呢？哲学家叔本华曾经讲过一个寓言：在寒冷的冬天里，一群冷得发抖的豪猪挤在一起取暖，它们发觉被彼此的刺扎痛，但是分开之后又觉得冷，在经过无数次的进进退退之后，这些豪猪终于发现了能够彼此取暖，又不致扎痛对方的安全距离。

我相信每个家长都是爱孩子的，也愿意为孩子付出一切的努力，可是我们的确也必须在时代变迁与孩子不断成长的蜕变历程中，学习如何与他们相处，学习找到最舒适的方式陪伴他们，就像那群进进退退的豪猪一样。

三年多前，在我双胞胎女儿小学毕业前，我整理了陪伴她们十二年的心得，出版了《教养可以这么浪漫》，获得许多回响，甚至远在厦门大学任教的一对夫妻也表示他们是因为看了这本书，才有勇气决定要生小孩的。

其实陪伴孩子最大的挑战，是他们成长的速度很快，一年两年对为工作而忙碌的大人来说是一眨眼的事，可是对孩子而言，单单一年两年的变化，从外观到内在，几乎是截然不同的生命样貌。

如何找到适当的工具持续陪伴着孩子长大？这本《阅读是最浪漫的教养》就是在我女儿中学念书的三年里，我与她们一起思考与对话的内容。

在与众多爸爸或妈妈的交流中，我发现那些亲子关系不错的家长，大都很享受与孩子互动的过程，甚至会兴高采烈地发表他们从孩子身上学到的东西。

的确，从孩子爬行、学步、童言童语中，我们不只跟着孩子一起回溯生命的成长，还通过孩子的眼光，重新看见我们失落的那个世界。到了孩子进入学校，尤其进入青春期之后，就更好玩了，不像之前父母亲居于掌控主导孩子生命的角色，而是慢慢转变成跟孩子对话，甚至可以从孩子身上获得一些启示。

比如说，这些年来，我不知是有意还是无意，生活变得没有规划，虽然还是一样忙碌，可是几乎都是随缘、随性，被机缘推着走，甚至常常逃避一些该做的事，压力大时反而不顾一切地看武侠小说或推理小说。但是B宝的生活始终是按部就班，每天或每周拟好的计划一定准确执行，比如原先预定周日下午爬山，我们看看天色阴沉似乎会下雨，想说就不要出门了，但是B宝是“既然已经决定了，就一定要做”。她照表操课的执行力与意志力，是身为老爸的我自叹弗如的。

另外，A宝从小就有“大姐头”的架势，非常关心体贴别人。她手腕

上有一个疤痕是小时候被妹妹咬的，虽然偶尔会展示给朋友看，借此消遣一下妹妹，但是A宝从小就非常照顾妹妹，也很体贴别人，比如说外婆假日住到山上来看看外孙女，若不巧碰到她们段考或模拟考整天忙着K书没空答理人，A宝往往会在就寝前特意到外婆房间嘀嘀咕咕聊个半小时才上床睡觉。

我也常常在与她们一起看书、看电影或旅行之后的讨论中，有不少的收获，我相信这种亲子心灵交流的时刻不见得会耗费忙碌的大人太多时间，也绝对不必花多少钱，只要我们有心想，任何人应该都能做得到，只要我们找到适当的工具与准备适当的情境，就可以达到同样的效果。《教养可以这么浪漫》与《阅读是最浪漫的教养》这两本书就是我怀抱着野人献曝的心情将我们家庭生活的真实情形与读者分享。

当然，能够有这本书，全得归功于《联合报》主编康锦卿小姐，因为她邀约AB宝在《联合报》为中学生所出版的《好读周报》里写专栏。每周必须交稿的压力，让AB宝在略显苍白的初中生活中，得以探出头来探索这个世界，我也才能够陪伴着她们有了这些父女的对话。

也非常恭喜《好读周报》在2011年8月获得世界报业协会（WAN，全世界一百多个国家的报纸媒体组成的国际性组织）所颁发的特别奖“年轻读者奖”（也是历来台湾唯一获奖的报纸）。评审对《好读周报》的评语是：把创新思考应用到帮助年轻读者阅读，在新闻专业报道和读者创作的内容之间，找到难以掌握的平衡，持续关心教育，也帮助学生认识及反思新闻，并且协助学生提升写作能力。

两年多以来，AB宝的专栏能在这份获奖的刊物中代表中学生呈现她们这个阶段年轻人的所思所想，身为父亲的我“与有荣焉”。希望这本书能够对中学生，以及想了解中学生，或想与中学生对话却不知从何着手的父母师长，提供一点点的帮助，这样，才能弥补我内心的不安！

## 作者序

埋怨没有用，记住“很棒的事”就对了！

——A 宝

这本书，集结了我和妹妹每个礼拜刊载在《好读周报》“交换日记”的专栏文章，记录着初中岁月、学校生活、课外活动、自我探索的历程……很多人会认为，我们的初中生活轻松快乐、没有压力。没错，我们的初中生活是过得精彩快乐，但是在考试为重的教育体制下，同样必须面对沉重的升学压力。曾经，在模拟考后我信心全毁，眼睛整整肿了两天；曾经，看着被参考书、考卷环绕的书桌，升起想放弃的念头。是书、电影把我抽离出苦闷悲观的旋涡；是“交换日记”，提供了我宣泄的出口，帮我找回一点一滴流失的自信。

我们经常被问到“你们怎么会有这么多时间看书、看电影？你们是如何规划的？”对于时间的安排，我也是在不停地摸索。初一、初二，每天一定空出一个小时给自己，看看课外书、弹弹琴，充足了电，隔天再出发；每到假日，也一定会排出一个时段看电影。到了初三，评估自己没有明显的特异功能后就认命读书，阅读课外书的时间几乎都贡献给了备考。不过，每到假日仍会安排与家人爬山、看电影。“交换日记”在初中岁月为我们留下了精彩的记录。感谢爸妈在我们小的时候把电视捐了，因此多了许多阅读时间，同时增添了投影机，为我们营造了美好的电影时光。爸

妈从不要求我们成绩好，始终只关心我们有没有困难。他们通过书和电影的情境，向我们传达丰富的人生观，为我们创造了充满回忆的初中三年。

整日抱怨教育制度、埋怨考试是没用的，因为那是我们不能改变的，我们能掌握的是对生活的安排和态度。不管未来的体制如何，都要不断充实自我。这是初中三年我学到的最宝贵的一课，也是一直努力实践的目标。

通过纸笔记录我们成长的足迹，是很棒的事。最后，希望你能跟我们一起享受这些感动。

## 作者序

我很幸福！谢谢大师，  
也谢谢你们！

——B 宝

“干吗要写作者序？我看书常常跳过序言。”我一直哀号，但爸爸说：“序可以让读者明白写书的目的，应该以什么心态阅读，以及阅读完这本书大概会有什么样的收获。”基于上述理由，我只好开始动笔……

就像许多作者常说“我只是一个平凡人”。我也应该如此开头，不是为了谦虚，而是这样才能反映真实的自己。为什么要出书？为什么别人要来阅读一个只有十五岁的作者不成熟的文字？不是我的故事精彩，也不是我的文字高妙，而是我很幸福！

有太多太多路径让我接触大师、与经典相遇，怎么可以不和大家分享？书中是我和姐姐在初中时期的生活记录，有一小部分是学校生活，最主要想分享的是充实的课外活动！我爱《牧羊少年奇幻之旅》中的一句话：“幸福就是欣赏周遭的奇妙景观，不要忘了汤匙里的两滴油。”“汤匙里的两滴油”代表课业，如果你想要了解如何念书，那么赶紧放下这本书，因为有很多书专门教导如何读书。而且念书是自己的修炼，要通过自己摸索。如果你已经能轻松看守住“汤匙里的两滴油”，那么请继续阅读。这时候就该好好看看“周遭奇妙景观”为生活创造的不一样的风景！

吴祥辉先生说，只要记住“旅行、阅读、运动”，往后再回头看看这段生命必能无悔。阅读不只是读书，还可以读电影，从书和电影中又可以读人生。阅读也是最经济、实惠的旅行，更可跨越疆域、横渡时空，能与大师相见，比和电玩主角厮杀更珍贵难得。

如果这本书能让你和大师、和经典相遇，那么便不会愧对那些让我与大师、与经典相遇的人。谢谢他们，也谢谢你将感动慢慢传递。



## 教养真的可以浪漫吗？

——AB 宝妈，柯蕴慧

有些朋友想了解我们家教养现场的第一手资料，会好奇地问：“教养真如伟文所说，可以这么浪漫吗？”如果浪漫是全家会跟着文字、影像一起感动；是面对喜悦的事，可以分享快乐；是面对挫折，可以彼此加油打气。那“教养一定要浪漫”！

记得孩子十岁的时候，班上的亲师恳谈会，老师要家长分享教养心得。多数的家长热切地讨论如何督促孩子课业，我只想到孩子已经十岁了，能留在身边的日子或许就只有再一个十年，还是赶紧疼她们、爱她们吧！学习是孩子一辈子的课题，如果为了孩子的课业成绩而破坏家人间的和谐，日后我一定会后悔的。所以“教养非要浪漫不可”！

熟识的亲友都知道伟文浪漫的个性，也质疑伟文说得多、做得少。他经常被我揶揄，帮孩子换尿片的次数，两个孩子加起来只有一次，还是因为受了朋友的鼓噪才表演的。虽然孩子学龄前，伟文像是个观察员，但是我知道日后在亲子的关系上，他大有可为。伟文退伍到“空总”服务，假日就到小区童军团当团长，原本安排带“小狼”，但是他的个性、身高和小一、小二的“小狼”始终有距离。后来换到带初中团的童子军，伟文就如鱼得水了，他经常拍照、写信鼓励队上的孩子。现在，青少年期的 AB