

用心带孩子

包丰源◎著

为人父母不可不知的
10门必修课

当父母的情绪成为幼小心田间的梦魇 “种
当家族能量套上相沿成习、难以逃脱的怪

我们拿什么赐予爱？

这是潜意识的探究与畅想，
这是父母与孩子内心世界的精彩对白。

爱他，请用心！

用心带孩子

为人父母不可不知的
10门必修课

包丰源◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

用心带孩子: 为人父母不可不知的 10 门必修课 / 包丰源著.
—北京: 中华工商联合出版社, 2013.3
ISBN 978-7-5158-0480-4

I. ①用… II. ①包… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 056537 号

用心带孩子: 为人父母不可不知的 10 门必修课

作 者: 包丰源
责任编辑: 于建廷 效慧辉
封面设计: 水玉银文化
责任审读: 李 征
责任印制: 迈致红
出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司
印 刷: 三河市华丰印刷厂
版 次: 2013 年 6 月第 1 版
印 次: 2013 年 6 月第 1 次印刷
开 本: 710mm × 1020mm 1/16
字 数: 220 千字
印 张: 14
书 号: ISBN 978-7-5158-0480-4
定 价: 32.00 元

服务热线: 010-58301130
销售热线: 010-58302813
地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座
19-20 层, 100044

Http: //www.chgslcbs.cn
E-mail: cicap1202@sina.com (营销中心)
E-mail: gslzbs@sina.com (总编室)

工商联版图书
版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,
请与印务部联系。
联系电话: 010-58302915

让孩子幸福一生

无论是“孟母三迁”的故事，还是“橘生淮南则为橘，生于淮北则为枳”的事例，或是“近朱者赤，近墨者黑”的成语，无不在向我们灌输着环境对人的成长有着多么重要的影响。

孩子是祖国的未来、家长的希望，他们就像是含苞未放的“花朵”，必须要在适宜的环境中才能够绽放美丽。家长都希望自己的孩子生命更加鲜艳、更加灿烂，但又有多少家长能够清晰地认识到孩子成才与否与他们的成长环境——作为父母的我们——密不可分？

为人父母者都全心全意地爱着自己的孩子，都想将全部的爱给予孩子，都希望自己的孩子能够拥有幸福的人生。可是，作为父母，你是否真的了解：如何才能培养出一个优秀的孩子？怎样才能让孩子拥有幸福的人生？我们不得不承认，在教育孩子方面，很多父母对孩子缺少必要的了解和应有的方法，甚至只是沿用了自己从父母那里得到的“经验”和“感悟”。可这些“经验”早已赶不上时代的发展和孩子心灵成长的速度了。另一方面，社会的进步也使得现在的孩子比上一代更聪明，他们接受资讯和学习的方式也更为广泛和快捷，这也就使我们处在了一个“孩子不好过，家长更为难”的时代。与我们自己成

长的时代相比，今天的父母和孩子要面对更多的挑战和更复杂的社会环境。在这样的大环境下，该如何培养孩子的人格，如何提高孩子的创造力和自我价值，已经成为许多父母不懈的追寻。

《礼记·大学》有云：“物有本末，事有终始，知所先后，则近道矣。”事物都有其自身的发展规律，都有其因与果之间的规律，而对于规律的认识、掌握和运用就是人生最大的智慧。

每个孩子都有其独特的天性和禀赋，都是一个独特而且独立的个体。所以，对于孩子的教育和培养不能照搬方法，而是要懂得孩子的成长规律、了解孩子自身的特点、塑造适宜孩子成长的环境，才能够使孩子幸福快乐地成长。而这就要求父母从自身做起，通过改变自己来改变孩子成长的环境，进而才能真正改变孩子。

这些年来，我在处理个案的过程中清楚地看到并懂得：**与孩子共同成长，才能给予孩子更好的环境。**

父母对孩子的成长尤为重要，一个问题孩子的背后一定有着至少一位有问题的父母或者家庭成员。人在过往的经历中所存储的“细胞记忆”会以“触景生情”的方式影响父母的思想，而这些思想又将在父母的身体力行中影响孩子的人格成长。如果父母有很强的恐惧感，就会带给孩子恐惧的心理压力；如果父母脾气暴躁，教出来的孩子也就容易情绪激动；如果父母善良大度，孩子则会平和进取。孩子就是父母的一面镜子，有什么样的父母就会有什么样的孩子。父母的言行每时每刻都在影响着孩子；孩子最早的学习环境都是父母有意或无意打造的；父母是原件，孩子就是复印件……身教胜于言传，父母必须要不断地成长，不断地提升能量，才能真正给孩子一个好的成长环境。

为了让孩子更好，我们曾经不停地让自己去学习很多看似很有价

值的、打造优秀孩子的教育理念，然后在自己孩子的身上不断“实验”，结果却并不如自己想象的理想。而这时，却很少有人会想到为自己的“实验”后果负责，我们总是想当然地认为是孩子没有好好接受教育、不成器。我们是否想过：作为父母的我们可曾从自身行为和心灵成长上下功夫？即便下了，那是否做对了呢？我们常常认为是孩子如何不好，却忽略了我们眼中的孩子其实就是真实的自己。我们常常会虚幻地认为自己是完整的存在，以为可以通过各种技术“修剪”我们充满“神性”的孩子，使之成为我们认为的“优秀”或“幸福”的样子。殊不知，要教育好孩子首先要认识并掌握孩子成长的规律，如此我们才能运用规律，为孩子创造一个好的环境。其实，养育孩子的过程，就是发现自己、修正自己的过程。不以为人，何以为父母？只有自己做好了，我们才有资格做一个合格的父母！当你能够真正认识并穿越自己内在的生命障碍时，你就会得到提升，就能在成为好父母的同时，用正确的言行影响和教育孩子。

创造好环境，为孩子打开幸福之门

孩子的成长并不是教育和灌输的过程，而是孩子探索世界的过程，是不断破译生命密码创造自我的过程。我们不能只用自己的认知标准及经验模式来教育我们的下一代，不能再用错误的方式来教育和对待孩子！其实，很多的时候，父母才是孩子受伤害的最大来源。当我们说爱孩子的同时，我们的行为、语言、情绪却常常在不断地伤害孩子、贬低孩子。在“为人父母”的课程上，我们通过对个案的处理让父母看到自己早年被亲人痛打、误解、冤枉、贬低、需要没有得到满足等伤害时的感受，其时，他们才真正地了解并懂得：原来从自己父母那

里得到的教育孩子的经验是如此得错误和可怕。如果我们不能或不去改变，就会将这种错误复制到我们的下一代身上。所以说，父母的改变不仅是父母自己价值的提升，更是为了孩子。父母的改变就是在创造有利于孩子成长的优良环境，就是为了让孩子幸福地成长、开花、结果。

生命真实状态的呈现，最真实、最完整的缩影便是我们眼中的孩子与伴侣、心中的父母、社会及周遭的环境。事实证明，我们对孩子的期许往往源于我们自己的某种缺失。可是，让孩子来弥补我们曾经的缺失，对孩子来说是不公平的。孩子是一个独立的个体，自己的人生道路要走。所以，我们应该为孩子创造利于他们成长的环境，还给孩子属于他们自己的世界。我们不要再以爱的名义控制或要求孩子，给孩子一个自由发展的空间，放手让孩子自己去成长。如此，我们就是在用为人父母的智慧，为孩子打开幸福之门。

建立链接，帮助孩子成就幸福人生

每一个人都不是独立存在的，都与自己的家族成员和先祖之间存在着一种必然的链接。每个家族都有属于自己的生命频率，不断地传递着先祖的遗传信息（比如性格、思想、行为、疾病、趋利避害的方法等），也就是我们常说的遗传基因。父母是连接家族和下一代的纽带——我们的未来都源于自己与父母的关系。当父母不孝顺自己的父母时，就会失去或减少与家族的链接，就会减少孩子生命成长所需要的能量来源。

而且，家族成员中曾经发生的事情，往往会反应到我们自己和孩子的生活状态中。也就是说，孩子与家庭的问题都有其背后的原因——

家族的深远影响。所以，要想使孩子拥有幸福的人生，父母就必须懂得并做到真正成为孩子与家族能量传承的承上启下者，这对孩子的成长来说非常重要！对于孩子的培养，父母除了要修正自身言行和真正为孩子创造好的环境外，还要与自己的父母保持良好的关系，如此才不会阻断家族能量的链接。如果孩子是含苞未放的花朵，那么，父母就是维系与连接土壤的树干，长辈先祖就是土壤下面盘根错节的树根。我们虽然看不到树根的显赫与壮丽，但它却决定着树的枝叶以及果实的成长。所以说，教育孩子并不是要求孩子怎么样，而是要疏通孩子与长辈的关系。我们常说“百善孝为先”，孝顺父母才是教育孩子之本。

在家族系统中，每位成员都有同等被尊重的权利，这是家族系统中的基本秩序。人只有遵从这种秩序才能使家族能量达到平衡，才能更好地创造幸福美满的人生。如果父母与子女之间的能量流动受到阻碍产生郁结，就会导致家族能量运行不畅，孩子就会产生爱的匮乏，甚至心理会陷入困境，产生恐惧、回避、无助、自卑等情绪。如果我们不能及时疏通家族能量使之正常运转，孩子就可能会出现性格缺陷、亲密关系障碍等状况。而下一代的情感匮乏，更会促成新一轮的家族能量漏洞。

因此，建立家族链接，疏通家族能量，才能够真正帮助孩子成就幸福人生。

小结

在我们的生命过程中，根本就不存在“我”与“他人”的关系，所有的关系在本质上都是我们与自己关系的投射。我们与自己思想的关系是我们与整个世界的关系的母体。所以，没有大人与孩子的区别，

用心带孩子

孩子的信念就父母的信念。

做自己的主人，就拥有了自己创造自己的权利。自己创造自己就意味着不把创造自己的权利交给别人，意味着不被他人强制闯入自己的内在而塑造自己，意味着不成为任何人的复制品。让孩子成为孩子自己，这是孩子成长的核心，也是教育的核心。

在本书中，我将以“为人父母”课程上的真实个案，来解析人的成长经历，以及人的思想、观念的形成过程及其规律。只有看到了自己的成长过程与经历，才会了解并懂得人生的规律，才会更好地理解孩子，才能真正地教育好孩子，才能在为孩子创造自由空间与轻松环境的同时，让孩子不再重蹈我们的覆辙，真正幸福地成长。

谨以此书献给所有爱孩子的父母！它将开启您为人父母的智慧，为孩子塑造更好的成长环境，让您的孩子幸福一生。

第一章 人格教育——父母是孩子的启蒙老师

- 人格决定命运 003
- 父母对孩子人格的形成影响最大 008
- 德行胜于方法 012
- 人格教育从改变思想做起 018
- 用爱与信任为孩子筑起人格长城 022

第二章 思想——父母的思想对孩子的潜在影响

- 一切结果都是思想的产物 029
- 教育孩子不在方法而在觉悟 033
- 思想的形成 037
- 为人父母者的智慧 043
- 打开心门就能改变思想 047

第三章 行动源于感觉——改变感觉搭建通往孩子心灵的桥梁

- 感觉决定行为 053

- 感同身受方能提升认识 056
- 让感觉的桥梁接近彼此的距离 059
- 感觉影响孩子人格发展 063
- 改变感觉就能改变人生 067

第四章 爱——需要用正确的方式演绎

- 爱就是在提升或保有对方的能量 073
- 给予孩子应有的尊重和自由 078
- 少一些指责，多一些信任 083
- 帮助孩子树立正确的价值观 089
- 提升心理认识，让家充满爱 092

第五章 内在决定外在——做内心强大的自己

- 精神决定物质 097
- 幸福人生之道 100
- 走进心灵，探访内在 104
- 让孩子做自己心灵的主人 108
- 心有多幸福，生活就有多美满 112

第六章 健康成长——做孩子心灵健康成长的引路人

- 疾病是内在心灵的反应 121
- 孩子通常会用疾病来表达心灵 124
- 用心呵护孩子的健康 129

第七章 无形的连接——摆脱不了的血缘牵绊

- 看不见的连接 / 135
- 情绪遗传始于生命的起点 / 127
- 能量的传承从接受开始 / 140
- 亲子连接是一切连接的基础 / 143
- 修正连接是生命的重建 / 147

第八章 家族能量——家的秩序需要你我共同提升

- 孩子的成长受制于家族能量 / 155
- 尊重秩序，让爱圆满 / 157
- 接受与面对是对家族责任的真正承担 / 160
- 疏通家族能量，给孩子最有效的爱 / 162
- 化解负面能量，让爱正常流通 / 164

第九章 孩子是父母的一面镜子——父母的榜样作用

- 父母是孩子最好的榜样 / 169
- 做一位有“弹性”的父母 / 173
- 将修行进行到底 / 176
- 让他人多一点开心 / 179
- 无愧于心 / 182

第十章 为人父母——人生最为重要的挑战

- 创造良好的家庭环境 / 189

用心带孩子

拒绝功利心态	192
学会与孩子沟通	195
与生命中最重要的人重逢	197
正确对待自己的孩子	201
还给孩子属于自己的世界	204
“雕塑”美好的未来	206

第一章

人格教育

——父母是孩子的启蒙老师

德育实为完全人格之本，若无德则虽体魄智力发达，适足助其为恶，无益也。

——蔡元培

人格决定命运

《礼记·大学》有云：“物有本末，事有终始。知所先后，则近道矣。”意思是每种事物都有其根本和枝末，都有其开始和终结。我们一旦明白了这本末始终的道理，也就接近事物发展的规律了。

任何事物都有其存在的规律和运动的轨迹与方向，只要找到或沿着规律做人、做事，就能达到事半功倍的效果。那些有成就的人，正是因为领悟和掌握了这种规律，才拥有了超乎常人的财富和地位。

人无法独立存在也很难离群索居，每个人都有自己在这世上要学习的“功课”和要完成的使命。从来到人世的那一刻起，我们就生活或生存在一种无形的规律之中，不论我们做什么，其实都是有章可循、有道可依的，就像老子所讲的“道”、佛教所禅述的因果、科学家所探寻的规律、天地万物中的节气变化一样。一切事物的变化都是有规律可循的，教育也是如此。好的教育就是要教会人懂得如何认识、掌握并运用规律。

我们知道，一个人的能力来自几个方面：一是遗传基因的传承；二是父母或长者言传身教；三是通过教育和学习；四是通过生活阅历

用心带孩子

觉悟。

人不但有思想、情感，还具备劳动和创造的能力。但这些能力的获取与提升都必须通过家庭、学校和社会的教育，特别是家庭教育对于人成长的影响最为深远。

每一位父母都希望自己的孩子能够拥有幸福快乐的人生，可现实却往往事与愿违。一方面，对于我们大多数的父母来说，教育孩子的方式大部分传承于我们的父母，并没有专门接受过如何成为优秀“父母”的教学。我们希望培育出优秀的下一代，光靠传承是远远不够的。在现实生活中，当我们加盟一家公司，或者走上一个新的岗位，都需要经过专门的学习和培训，更何况是教育孩子呢？而我们从父母那儿传承和感悟到的育儿经验，往往也早已赶不上时代发展的需要和孩子心灵成长的速度了。

另一方面，在这个科技越来越发达的时代，社会进步的速度也在不断加快，绝大部分为人父母者都要在社会和工作中承受着比上一代更多的压力。工作时间的增加、心情的压抑，这些都导致了与孩子进行有效沟通和亲密接触的时间在不断减少。

更让人无奈的是日新月异的高科技在提高我们生活品质的同时，也大大降低了孩子们的动手动脑能力，使孩子们失去了许多原本应该经历的人生体验，同时也加大了父母与孩子之间的隔阂。伴随而来的就是孩子缺乏对自我价值的认可，变得易怒、烦躁，学习热情不断下降，久而久之就会采用反叛家长、学校、社会的方式来证明自己的存在价值。

从古至今无数的圣贤志士们都在探究和思索：人类的本质究竟是什么？我们知道，人的生命包含物质和精神两个层面。这一点也正是