

Listen To Your Baby

让孩子做主

——母乳妈妈育儿手记

国际母乳会哺乳辅导 小巫 / 著



民主与建设出版社

Listen To Your Baby

让孩子做主

——母乳妈妈育儿手记

国际母乳会哺乳辅导 小巫 / 著



民主与建设出版社

miranda
NOV 07

图书在版编目 (CIP) 数据

让孩子做主/小巫著. —修订本. —北京: 民主与建设出版社, 2008. 8

ISBN 978 - 7 - 80112 - 849 - 2

I. 让… II. 小… III. 婴幼儿—哺育 IV. TS976. 31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 066468 号

©民主与建设出版社, 2008

责任编辑	赵振兰
封面设计	柏平工作室
出版发行	民主与建设出版社
电 话	(010) 85698040 85698062
社 址	北京市朝外大街吉祥里 208 号
邮 编	100020
印 刷	北京汉德鼎印刷有限公司印刷
成品尺寸	170mm × 230mm
印 张	19.25
字 数	177 千字
版 次	2008 年 8 月第 2 版 2008 年 11 月第 3 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 80112 - 849 - 2/G · 393
定 价	33.00 元

注: 如有印装质量问题, 请与出版社联系。

代序 | 李跃儿

阳光小巫

我的书到期了，打算再版，选好出版社后，跟他们谈出版的相关事宜。第一次见面，他们提出的第一件事就是：如果能请到小巫写什么就太好了。

他们不知道我和小巫的关系，说这话时几个人眼睛发亮，诡秘地笑着，我知道通常这种状态是讲话人提出了一种难以实现的愿望，而感到不好意思。我马上安慰他们说：没问题，我一定请到小巫来写。嘴上这样说，心里却想，请她写个序算什么，骗她出来跟这几个她的崇拜者吃顿饭也做得到。出版社的人反复表示，小巫的书做得很好，一开始我以为他们说做得好是指版式啊、宣传啊什么的，后来发现他们是指写得好，我立刻肯定了我对出版社的选择。因为，欣赏小巫的编辑应该是没问题的。

小巫的每一本书都掀起了一股不小的风潮，她的观点成为妈妈们嘴里的新词，改变了一代人的观念，使一代孩子受益。

第一本书是讲母乳喂养的，那时我的儿子大了，我读这本书是被她书中透出的教育的天赋和人格魅力所吸引。

巴学园在北京成立后，发现我的大多数家长都是小巫的粉丝，从她们身上

发现母乳喂养从未被人们这样重视过。记得十年前在妇幼保健所的走廊里就看到过关于母乳喂养好的宣传，但妈妈们还是找到各种理由将橡皮奶嘴塞进孩子的嘴里，自己上班，或保持好身材去了。我吃惊于小巫小小一本书如何产生这么大的魔力，以至于让这些妈妈们以自己坚持母乳喂养而那样的自豪。但事情还不仅仅如此，有的孩子都快三岁了还在吃母乳，这样的妈妈每天来送孩子，掀起衣服光荣地给孩子喂奶后光荣地离开，晚上接时，一见面就急不可耐地先掀起衣服来喂奶，当我劝她们该给孩子断奶的时候，她们会坚定地说：小巫说了，喂得时间越长越好。我问：打算喂到什么时候？答：到孩子自然不吃了。我晕，再问：小巫是这样说的？一般就会得到这位妈妈坚定的点头。我立刻打电话去骂小巫，小巫听了我这样的指控，在电话那头会笑炸了电话听筒。

一件新的事物出来，总会有人将它用过了头，这的确不能怪小巫。

有一天，我跟她开玩笑说，都是你的母乳喂养，弄得我的孩子那么注意乳房，你难道不知道我们老师都是女的，而且是姑娘吗？她问怎么了，我说，我们孩子指着老师的胸部问：这是什么？老师答乳房；问：摸一下行吗？老师答不行；问：看看行吗？答不行；问：那里面有奶吗？老师答没有；孩子反思：嗯，老师的乳房里没有牛奶。

由于我们的家长都是小巫的粉丝，他们的孩子便一定是吃母乳长大，身体真的都很健康，心理非常阳光，最令人吃惊的是我们教室中的娃娃屋里经常有男孩女孩一本正经地在给布娃娃哺乳，那姿势正确极了。

第一本书掀起的母乳风暴正在高潮，她又提出了给孩子自由。于是，全国的妈妈们热拥小巫，全在提倡爱和自由。在爱和自由走入人心的，并矫枉过正的时候，小巫又扔出个《和孩子划清界限》，小巫的这本书出的正是时候，许多

妈妈从无限的爱和自由中抬起了她们的眼睛开始注意疆界问题，在学习与孩子划清界限的同时，中国人第一次发现做人自己从来没有注意过疆界的问题。

当然，也还是有粉丝划过了头，我仍然要打电话骂小巫，小巫仍然差点笑炸了话筒。

实际上我是将小巫的笑当做一顿珍贵的美餐来享用的，有了可以得到这顿美餐的条件，当然要铆足了劲利用一下的。小巫她其实太容易哈哈大笑，怎奈我这个食客过于贪心，总也听不够。

我知道每次我的骂总能招到更长的美的大笑，听完了她的笑，人心底的每个角落都充满了阳光，像在大太阳底下晒足了的被子，这比什么心理治疗都管用还不花钱。

实际上，每次与小巫会面我的放松多少都要带有一些装的成分，这是因为这家伙太灵了，我发现我每日与孩子在一起，全身心地投入对教育的探索与实践的东西，她只在她的一对小儿女身上就发现、领悟和验证了，而且这些领悟和实践结果完全是一个普遍真理，适合于百分之九十的孩子，这是任何一个好的教育的最高适合值。

她在自己的家里，面对她的儿女实证着教育的最高真理，每次在她家跟着她忙碌地走来走去到各种场地、各种角落，去看不在家的孩子留下的那些代表着发展和心理的印迹，让我总觉得小巫像一个研究珍稀动物的科学家，对着孩子的艺术品，像珍稀动物学家对着大熊猫刚刚留下的玩耍的脚印。她总是边解释边哈哈大笑，而我总是将对在一起的黑眼仁调整到正常位置，然后跟着她一起大笑。

用阳光小巫来称她有点太落俗套，但我找不到更新的词，就只好将就了。



再版前言 | 小巫

八年前，我的儿子才几个月，《父母世界》杂志（那时候还叫《妈咪宝贝》）的创始人朱晓灵就把我拉到出版社总经理那儿，告诉他我可以写一本关于在中国养育混血宝宝的书。总经理看了我一眼，随即下达了命令：签个合同，回家写去吧。

直到今天我还在纳闷：这两个人，从来没见过我写的东西（虽然我已经发表过一些小说和文章），怎么就知道我能写书呢？

那个时候，我还没有被冠以“专家”的名号，创作起来毫无压力，口无遮拦，有什么写什么，想到哪儿写哪儿，没费多大工夫，《让孩子做主》就出笼了。当时我觉得，以自己这种跨国背景，写出来的书，肯定没多少人爱看，可能也就是一些背景相同的海归、跨国婚姻中的女性和混血儿的妈妈看一看吧。所以还放了好多孩子的照片，想着这是一本自娱自乐的书，首印三千本能卖完就不错啦。

书刚面世，民主与建设出版社的赵振兰老师就找上门来，说她欣赏我的书，问我能不能再写一本。我当时正在兴头上，养孩子过程遇到诸多话题，有了无数感慨，于是又洋洋洒洒地写了好多字，还是以随意的育儿手记方式，记录了很多个人的经历和感悟，起个名字叫《给孩子自由》。

在这两本书的创作过程中，我一直在《父母世界》杂志（原名《父母》）上主持母乳喂养专栏，在摇篮网上主持母乳喂养主页，尽我最大的努力推广母乳喂养。也许是这个原因，使得我的两本书销量开始增加，一些其他的育儿和时尚类杂志也邀请我撰写儿童早期教育方面的文章。我当时看了很多的专业书籍，再次感悟多多，加上本来就是爱发表意见的人，所以又肆无忌惮地写了第三本书《和孩子划清界限》。

突然间，很出乎意料的，大家都开始非常客气地称我为“育儿专家”，杂志、网站、电视台纷沓而至，邀请我去写文章、开专栏、做节目，几乎令我应接不暇。每每看到哪里刊登了我的文字、播放了我的节目，那个“专家”的名号看上去有些荒唐，只想着哪天大家识破我这假冒伪劣，我也就省心了。

顶着“专家”的光环，回头看看出版过的书，尤其前两本，简直不成体统。吓得我赶紧回家修订，先再版了《让孩子做主》，收录进这些年我在母乳喂养领域里发表过的文字以及翻译的几本国际母乳会的小册子；后再版了《给孩子自由》，充实了很多专业理论。在这期间，又出版了第四本书《跟上孩子成长的脚步》。

我想，大概中国人比较习惯崇拜权威、敬仰专家，一个人曝光率高了、被称为“专家”了，大家都想去看看你书里写了些啥，所以我的书得以攀登上排行榜，而这是我始料未及的。实际上，我这样的草根“专家”，是任何一位妈妈经过一些努力都可以做到的。我目前小小的私心就是：带动一批家长，让她们发展为专家，跑在我前边；而我呢，就可以挂靴退役，回家享清福去了。

所以，这次再版，我首先声明：我从来没有、也不敢自居是哪一方面的

“专家”，关于教育，我还存有太多的无知、未解和疑惑。我只是喜欢跟大家分享我的一些心得体会，喜欢跟别人平等地交流经验教训。

看了我的书，如果你认同这里边的思想，不要将其归功于我，这些思想原本就存在你的头脑当中，我的功用只不过是诱发了它们而已，“引蛇出洞”，或者就像很多妈妈感叹的那样，“不谋而合”。如果你反对这里边的观点，那也没有关系，我希望这种反对的情绪，至少给了你一次思考和认识自己的机会。

我总是在说，孩子最需要拥有的品质之一是独立的思想与判断，而达到这个目的，首先要求我们这些做家长的具备独立思考与判断的能力。从养育孩子这件事做起，根据自己的实际情况，找到最适合自己孩子与家庭的养育方式，而不是盲目地听信“专家”、照搬照抄。在这个世界上，每个人看到的只是事物的一个角度，每样事物都有无数不同的角度。看世界的角度千变万化，每个人都有自己的角度，所以这个世界才五光十色。多一个角度，就多一份理解。我给大家提供的，也只是我个人的角度，也许跟你的角度有某些重合的地方，也必定跟你的角度有许多差异之处。引用史坦纳的一句名言吧：“请仅仅考虑我提供的观点，在你的亲身经历中去验证。”

我认为以下几位妈妈的发言，很能帮助大家客观地看待我的书：

- 小巫的观点带有她的鲜明特色和个性，她的做法很多无法照搬，关键是，她告诉我们一种对待孩子和自己的方式，这种方式，在我看来是真正的爱的方式（有人可以不同意），而这个方式如何真正体现在自己和孩子、家人身上，则要靠每个人的智慧。

- 我觉得大家没有必要那么较真儿，小巫只是把自己养育孩子的经历写

了出来与大家分享，她倡导的理念其实看她书的英文就知道——listen to your baby！一千个宝宝的教育方法怎么只会有一种呢？适合自己的宝宝的方法就是好方法。我们应当在遵循科学的前提下发现自己的孩子，帮助自己的孩子成长。

- 大家都不要盲从，每个孩子都是不一样的，小巫的方法，可以适用于一些孩子，不可能适用于每个孩子。关键一定要有自己的方法，要有头脑。

- 很多人的观点，包括大师和专家的，都选择性吸收就可以了，曾经跟一个朋友说过：如果你觉得小巫说的都百分百全对、百分百适合你，那不是小巫的问题，是你的问题了。

藉此机会感谢大家多年来寄予我的厚爱！

小巫

2008年4月8日，北京

生孩子

“你怎么一点儿也不紧张啊?”

这是我躺在手术床上后，听到的第一句问话。说话的是一位戴着眼镜的年轻男性助产士。

当时我赤裸的身体裹在一床厚厚的白色棉被里，体内插着尿管，被抬到窄窄的手术床上。护士一个劲儿地告诉我别乱动，以免掉下来。躺好了，我就开始东张西望，看医护人员们忙碌，做术前准备。插空儿我还问他们几个问题。

“我为什么要紧张呢?”我反问那位助产士。

“谁来这儿都要紧张的，还真没见过你这么镇定的呢。上周我们这儿来的一个产妇，躺好了后，我们总听见什么东西在咔嚓咔嚓地响，后来发现是她在发抖，连带着手术床也哆哆嗦嗦响个不停。”另外一个实习生，也是一位年轻男性，回答我。

“那我就更不能紧张了。越紧张不就越容易出问题吗?”

事实是，根本没有我紧张的份儿。手术区外，大堂里，坐着四个比我紧张得多的人：我丈夫、我老爸、我妹妹、还有我孩子的干妈浩子。他们把紧张都分摊了，哪儿还有剩余的紧张留给我来享受呢?

所以我很泰然地躺在那里，挺着重了四十多斤的肚子，期盼着和孩子尽早见面。唯一的遗憾是我饥肠辘辘，从昨天晚上 10 点到现在，按照手术的严格规定没吃过东西。而且我知道从现在开始我还要饿上起码 48 个小时，这让我多少有些沮丧。

本来我是那天第一个手术，但在我前边有一个紧急剖腹产，我躺下没多会儿就听见孩子哇哇哭，我自己的手术也推延了一点时间。当时我只是担心坐在外边的丈夫，不知他会急成什么样儿。他是那种以担忧为业余爱好的人，昨晚已经一夜没睡踏实了。他还爱认死理儿，事前告诉他 7:30 插尿管，8:00 进手术室，9:00 之前完事，他就会严格按照这个时间表来等待，多一分钟他都会焦急得要发作心脏病。

手术室里安静得很，也很温暖，我身上的棉被撤掉了，也没觉得冷。几个人穿梭往来，有人在我肚皮上抹药消毒，有点儿凉。我看见一个小护士在用夹子打开放置新生儿的包布。不一会儿麻醉师来了，开始给我注射麻醉剂。麻醉师是一个年轻漂亮的女子，年轻漂亮得和这间手术室不太搭配。但她又是一个很严肃很职业化的医务人员，捏着一根小针在我身上扎来扎去，扎一下问我一声“疼不疼？有感觉吗？这里感觉和那里感觉一样吗？”像玩儿游戏一样。

游戏玩儿了没多久，主刀医师徐蕴华大夫隆重出场。她先在我头部的地方停留了一下，问候我，然后就到我腹部方位去了。麻醉师还在一丝不苟地扎着我，问着我。

这时，在手术区外的大厅里，我丈夫已经紧张得要晕倒了。他认真想了想，决定先去一趟厕所。从厕所回来后，他又很认真地想了想，决定把他想

不明白的一个问题问一下身为医生的浩子：

“他们一刀切下去，会不会切到孩子的头呢？”

浩子差点儿笑出声来。但她知道我丈夫的担心是认真的，所以也一脸严肃地向他解释：

“医生的第一刀只是切穿腹壁。子宫是用剪子剪开的。手术刀很短，医生也知道怎么用力。放心，绝对伤不着你的孩子！”

他们说话这当口，徐大夫已经一刀切了下去。这一刀，我从吊在脑袋上方的点滴瓶子上的反光中看得真真切切。徐大夫问了我一句：

“没有感觉啊？”

我说：“没有。您已经切开了吧？”

漂亮的麻醉师听到我这句话，惊得差点儿跳起来。她杏眼圆睁，急忙很严厉地对我说：

“没有切开呢！你别乱说！”

我没说什么。我知道她是怕我紧张。

过了两分钟，她又说道：“再过 20 分钟你就能看到你的小宝宝了。”

我暗自笑她的自相矛盾：要是还没切开，我怎么 20 分钟后就能生出孩子来？

手术室里很安静，只听到器械的响动。我一时什么也看不到，但能感觉到肚子被人揪动着，听到剪子的咔嚓声，还有徐大夫对助产士的低声评论：“你看她不仅腹壁很薄，宫壁也很薄。”随后是很响亮的抽吸声，不知是在抽羊水，还是在吸血水。

已经过了 9:00，我丈夫开始坐立不安。他反复地问浩子：“他们怎么还

不出来？”浩子反复地安慰他：“快了，快了。”

但这不足以安慰他，他转过脸又去问我妹妹：“他们到底什么时候出来呀？”

我妹妹曾经是他手下的工作人员，看到这位昔日的总经理已经全无领导风范，而是紧张得六神无主了，她想笑也不敢笑出来，只能一遍又一遍地说：“应该很快了。”

我腹内被揪动的感觉越来越强烈，甚至腹腔下部开始感到疼痛。突然，主助产士，一位胖大健壮的中年女性，在我腹腔上部狠狠地压了一下，这一下立马把我压岔了气儿。过了没多久，她就有规律地在那个部位一下接一下地狠压着。我难受得很，又不敢叫唤，更不敢动，只好扭过头去找点儿什么东西看。在墙边，有一排放药品的柜子。从柜子玻璃门的反光中，我看到那位健壮的助产士半个身子扑在我身上，使劲地压着，压着。

我腹腔下部越来越痛，嘴里十分干渴。我在心里喊着，“Sam 加油啊！快出来啊！”

不知过了多久，大概是我觉得快不行了的时候，一声嘹亮的啼哭像一把利剑，划破了手术室的寂静。我的孩子终于降生了！

随后是一声接一声惊心动魄的急促促的啼哭，震得我耳膜嗡嗡作响。我当时有些激动，也随着他“啊！啊！”地叫了两声，还说了一句话。但肯定没有人听得见我，其实连我自己也没听见，因为我孩子的大嗓门淹没了一切声响。

这哭声穿透了六间手术室的墙壁，重重地砸在大堂里，砸在孩子他爸身上，立时就把他砸蒙了。浩子说：“你孩子出生了！那是 Sam 在哭呢！”他居

然说：“不会吧？”浩子斩钉截铁地说：“肯定是他！”

这时那位先和我说过话的助产士抱着我的孩子，举起他的屁股给我看：“看好了！是个男孩儿！”

我看见一只白白胖胖的屁股，屁股侧方的青记以及屁股中间通红的蛋蛋。还没待我说出“让我看看他的脸！”孩子就跟着助产士消失了。

我要说，但说不出话来。孩子刚开始啼哭时，就有一股清凉从我的肩头射向后背，我知道麻醉师给我注射了安眠药剂，为让我休息，也为降低出血速度。药效十分迅猛，我很快就迷迷瞪瞪，连眼睛都睁不开了。

然而在大堂里，已是沸反盈天。助产士推着小车，车上躺着哇哇大哭的小儿，飞奔出手术区，冲出门后对着拥上来的我们家人使足力气大吼一声：“恭喜啦！是个男孩儿！”还是他的劲儿大，遮盖住了孩子的号啕，让大家都听见了。随即一刻没有停留，脚后跟砸着后脑勺地疾步飞走，欲尽速将孩子送往八层的产房进行处理。我老爸眼疾手快，身手矫健地跟上小车。浩子追着问“产妇怎么样？”孩子他爸呢？不仅说不出话来，连路都不会走了。他朝前走了两步，想想不对，又朝后走了两步，还是不对。愣过神来之后，急忙折身追上小车。妹妹和浩子原地不动，等着我出来。

我一定是睡了一小觉，因为感觉上徐大夫们几乎没用多少时间就缝合好了我的肚皮，很快我就又裹在被子里，摇摇晃晃地被推出手术区，走在回病房的路上。这一路，我都在同巨大的困意做艰难的斗争。我要醒着，我要先看看我的孩子，再睡觉。

这才知道忍痛容易，忍困难。昏昏沉沉之中不知走了多久，终于到了我的病房，被抬上床。有人往我怀里塞来一个哇哇叫的小人儿，大家七嘴八舌

地嗡嗡着：“抱抱吧，抱抱你的孩子。来来来，让妈妈抱抱。”

我怀里的小人儿被裹在一块包布里，闭着眼睛，一肚子委屈似地叫着，又叽叽咕咕发出一些奇怪的声音。抱着他，我感觉怪怪的，丝毫没有“一股热流涌上心头”的奇迹发生，反倒觉得特别陌生。这就是我生下来的吗？我当妈妈了？坏啦！坏啦！我暗自发愁，我怎么没有当母亲的喜悦呢？我怎么不觉得这个小人儿和我有什么血肉关联呢？我怎么没有千丝甜蜜万般柔情呢？我怎么也不激动得泪流满面呢？那些书中描写的、电影里表演的煽情场面，怎么没在我身上应验呢？而且，我还很客观地看看他的模样，看到他一头浓发遮盖下的脑袋是尖的，脸又鼓鼓的，像个桃子，就又感到沮丧：怎么搞的，没把人家的头给生好？

不过，知道这个小人儿一切都正常，我就放心了。巨大的困意潮水般淹没我的全身，淹没了我的知觉，我很快就睡过去了。