

· 每一位父母都必须知道的教养法则 ·

· 培育了无数英才的恒久经典 ·



全球
翻译文字超过
30余种

〔英〕约翰·洛克◇著

约翰·洛克的 家庭教育

*Some Thoughts
Concerning Education*

海峡文艺出版社

每一位父母都必须知道的教养法则



〔英〕约翰·洛克◇著
海鸣◇译

约翰·洛克的 家庭教育

*Some Thoughts
Concerning Education*

海峡文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

约翰·洛克的家庭教育 / (英) 洛克著, 海鸣译.
福州: 海峡文艺出版社, 2005
ISBN 7-80719-042-6

I. 约… II. ①洛…②海… III. 家庭教育: 儿童教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 014143 号

约翰·洛克的家庭教育

约翰·洛克 著 海鸣 译

责任编辑 任心宇
封面设计 蒋宏工作室
出版发行 海峡文艺出版社
地 址 福州市东水路76号14层
经 销 新华书店
印 刷 北京广益印刷有限公司
开 本 16
印 张 14.625
字 数 150千
版 次 2005年3月第1版
印 次 2005年3月第1次印刷
书 号 ISBN 7-80719-042-6/I·042
定 价 22.80元

版权所有 翻印必究



约翰·洛克 (John Locke, 1632-1704):

英国著名的哲学家、思想家、教育家。他是世界哲学史上经验主义的创始人，全面阐述宪政民主思想的第一人，他的

思想深刻地影响了美国的开国元勋及法国启蒙运动中的许多主要哲学家。他关于教育的观念主要体现在本书中。洛克的理性教育思想对西方的教育和文化影响深远，本书作为一本教育漫谈式的著作，成为了西方世界每个学校和家庭必备的“教育圣经”。1632年洛克出生于英国灵顿。他就读于牛津大学，1656年获得学士学位，1658年获硕士学位。青年时期的洛克就对科学产生了十分浓厚的兴趣，36岁被选入英国皇家学会。他与著名的化学家罗伯特·波意耳过从甚密，晚年又同艾萨克·牛顿结成好友。他还对医学感兴趣，得过医学学士学位。他于1704年溘然长逝。

晚年的洛克大部分精力都投注在家庭教育的研究和著述上。约翰·洛克被誉为“培养绅士和淑女的教育家”，他的教育理念对后世影响深远，已成为当代家庭教育的主流和标尺。《约翰·洛克的家庭教育》处处显露着作者超人的智慧，它就像一颗镶嵌在人类教育皇冠上的钻石，经过岁月的擦拭和洗礼，历久弥新，散发出璀璨夺目的光彩。



决定一生的教育，培养天才的摇篮

约翰·洛克(John Locke, 1632—1704)是英国著名的哲学家和教育家，他的教育思想对后世影响深远，可以说，现代西方的每个家庭、每所学校，都深深地烙上了洛克教育思想的印记，他被誉为“培养绅士和淑女”的教育家。洛克对人性的深刻理解贯穿于本书，给家长和老师指明了培养孩子的路线图，他的教育理念简洁明了，没有丝毫的迂腐之气。本书出版后风靡欧美数百年，掀起了家庭教育的浪潮，在世界教育史上具有举足轻重的地位，正如《美国时报》评价的：“洛克从教育孩子开始，推动了整个社会的发展。”至今《约翰·洛克的家庭教育》仍然可以称作现代社会青少年智慧和品德教育的标杆。

《约翰·洛克的家庭教育》从教育目的到教育方法，从学校教育到家庭教育，全面系统地阐述了作者的教育思想。洛克认为，教育的目的是为了培养集“健全的精神”和“健康的身体”于一体的全面发展的“绅士”。他主张，教育要从儿童时期开始，因为儿童就像“一张纸或一块蜡，是可以随心所欲地塑造的”。

序



与学校教育相比，他建议把“绅士”教育的全部重心放在家庭教育上。

至于如何具体进行家庭教育，洛克提出了许多有现实意义的方法，例如反对鞭笞；提倡说理教育、重视榜样在儿童教育中的作用、主张用正确的奖惩对学生进行道德教育等等，内容非常丰富。

洛克非常重视健康教育，他提出：“我们要能工作，要有幸福，必须先有健康。”为此他提出一套保持健康的建议。他认为，儿童从小开始，应多进行户外活动，呼吸新鲜空气，多运动，多睡眠，少吃药，衣服不能过暖或过紧。他主张饮食要清淡，儿童的卧床要坚硬以锻炼身体，这样可以把孩子培养成强壮、勇敢又坚定的人。

在品德教育方面，他也有明确的思想。他认为道德教育是“绅士教育”的灵魂，拥有理想的德行，可以使个人获得幸福，也有助于他的事业成功。洛克提出，一个绅士必须具备理智、礼仪、智慧和勇敢这四方面的道德品质。培养理智，就是要能够运用理智去驾驭和支配自己，克制自己的欲望，顺从理性的指导。礼仪的培养，指的是让儿童学习礼貌、礼节和风度，懂得人情世故，会接人待物，要文质彬彬，高雅友善。智慧的培养，指的是一种本领的培养，它使人能干而有远见，善于处理具体事务，要把孩子培养成坦白、公正和聪慧的人。关于勇敢的培养，洛克认为勇敢和坚忍是绅士必备的美德，是一个真正有价值的人的品性，为此需要从小锻炼孩子的胆量，使之能忍受痛苦，克服怯懦、脆弱的本性，能够做到刚毅、果断、勇敢。

洛克主张，对儿童实施德育时，家长要做榜样和示范；要充分练习好的行为，使之成为习惯；要和儿童讲道理，还应该给儿童奖励，这包括尊重、称誉和赞扬；但洛克反对体罚，认



为惩罚应尽量避免，必要的责备、斥责虽可保留，但不可挫伤儿童的自尊心。

在智育方面，洛克强调培养有学问的人。他要求绅士一方面通过多方面的学习研究获得知识、增长学问、发展智力；另一方面，还要通过学习各种技能技巧的课业去获得技能技巧。要让儿童学习阅读、书写、图画、速记、外语、作文、神学、地理、算术、天文、几何、历史、伦理学、法律、逻辑、修辞、自然哲学等。技能技巧有舞蹈、音乐、击剑、骑马、画图、园艺、细木工、熏香、油饰、雕刻、铁铜银工、刻板、琢磨、安配宝石或琢磨光学玻璃、商业计算、出国旅行等。

关于教育的方法，洛克认为关键要让孩子爱好知识、尊重知识，在于使学生采用正当的方法去求知，去改进自己，提高求知的欲望。

这些内容不仅仅是理论上的阐释，更有许多实际的案例。它是所有希望自己的孩子成为优秀人才的父母的必读书，尤其是在当今这个竞争激烈的时代。由于作者受当时生活环境的局限，书中部分内容难免带有一定的时代烙印，但它的大部分主张，即使在几百年后的今天看来，仍然有着很高的借鉴价值。他的主要教育观念，依然是我们对孩子从小进行人才培养的指路明灯。



决定一生的教育，培养天才的摇篮…1

第一章 家庭教育决定孩子一生的命运…1

- 家庭教育决定孩子一生的命运…2
- 让孩子体验艰苦大有好处…4
- 让孩子顺其自然地成长…8
- 清淡简单的饮食有益健康…10
- 有规律的睡眠让孩子受益一生…14
- 消化道的“出入平衡”至关重要…16
- 任何药物都有“毒”——无病少吃药…18

第二章 怎样培育孩子的健康精神…21

- 尽早培育起高尚的精神气质…22
- 什么样的教育出什么样的人…23
- 爱孩子，但千万不要溺爱…25
- 给孩子们好的精神食粮…27
- 如何树立父母的威信…32

第三章 对孩子的奖惩手段…35

- 让孩子具备做人的原则…36
- 严格的管理不等于体罚和辱骂…36
- 贿赂孩子的方式不足取…39
- 正确的奖惩手段塑造孩子的健康人格…41
- 注意孩子的心理健康…44

第四章 家庭品德教育…47

- 培养孩子的荣辱感…48
- 不给孩子定太多的规矩…50
- 千万不要矫揉造作…53
- 榜样的力量…55



如何对待孩子的人际交往…59
仅有爱还不够，更需要了解孩子…65

第五章 对孩子的民主…75

让家里充满民主精神…76
把美和丑的榜样指给他看…78
打孩子需要理由…79
对特殊的孩子要寻找特殊的方法…81

第六章 为孩子寻找导师…83

父母是孩子的第一任导师…84
最值得在孩子身上花的钱…85
导师应有的素质…88
帮助孩子走向社会…92
绅士的成功素质…95

第七章 做孩子的好朋友…99

与孩子建立平等互爱的关系…100
让孩子知道你是他的依靠…105
尽早发现孩子的缺点…106
帮助孩子战胜放任的欲望…108
淘气是孩子的年龄决定的…111
给孩子一些消遣的自由…113
让孩子尽早学会忍耐和慷慨…114
培养孩子的公正意识…116

第八章 培养孩子的德行…119

孩子的哭泣…120
孩子的恐惧…123
培养孩子的仁爱之心…130
孩子的好奇心和创造性…132



孩子为什么不求上进…137
孩子热衷于形式新颖的教育…142
孩子的贪婪和说谎…144

第九章 将孩子塑造成绅士…149

培养绅士的四个标准…150
第一是德行…151
为智慧做准备…154
礼仪是美德的外表…155

第十章 教育的过程…163

什么是教育中最重要的…164
让孩子在游戏中学习…165
如何教孩子阅读…170
孩子如何学习写字与绘画…173
关于学外语的话题…176

第十一章 培养绅士的其他功课…183

孩子的必修课…184
使孩子多才多艺…193
让孩子掌握几门手艺…196
孩子的旅行…202

约翰·洛克家庭教育格言…207



第一章 家庭教育决定孩子一生的命运

1



家庭教育决定孩子一生的命运

我们幼年时，最初的意识就像有源泉的河水，活泼而无拘无束，只要一点点力量就能转变它的流向。

先有健康的身体，再有健康的精神，这是对人生幸福的一种言简意赅的描述。拥有身体和精神两方面的健康，就可以拥有一切；而如果身体和精神有一方面不健康，就算得到了一切也大打折扣了。

在精神方面不健全的人，肯定不能把事情做得尽善尽美；而天生体质不好的人，无论怎么通晓世故，做起事来也心有余而力不足。应该承认有一种人，身心两方面都有傲人的天赋，从小就不用别人帮忙，自己向最高的境界挺进，他们注定能成大事，但他们是凤毛麟角。茫茫人海中，为什么有的人是好人，有的人是坏人，有的人庸庸碌碌，有的人却有所作为？起决定作用的是教育。后天受到的教育方式不同，人就不一样。童年的印象，哪怕微不足道，对未来漫长的一生都有重要影响。

每一个人的出生，都不是他自己决定的，是父母的一次欢



愉把他带来的，他无法选择自己降生的家庭，他的亲生父母永远也不可能更换。他将来成为什么样的人，完全取决于父母属于何种层次，以及他在早期成长过程中受到何种层次的家庭教育。可以说，家庭教育左右着一个孩子一生的命运。

我们说家庭是一所学校，但家庭教育并不是学校教育。家庭教育来不得半点浮躁，也不能求速成。家庭教育有其独特的方式——通过家庭环境、气氛，父母的言论、行为，对孩子产生潜移默化的影响，在无形中塑造孩子的人格品德与基本素质。

家庭教育不仅是基础教育，而且是主导的教育，给孩子深入骨髓的影响，是任何学校及社会教育永远代替不了的。

在英国有一个爱德华家族，真正的书香门第，现已传到第八代。老爱德华是个博学多才的哲学家，为人严谨勤勉，他的子孙有13位当过大学校长，100多位教授，80多位文学家，60多位医生，1人当过大使，20多人当过议员。

同样在英国，还有一个珠克家族，到现在也传了八代了。老珠克是远近闻名的酒鬼和赌徒，混了一辈子，他的子孙后代中，有300多人要过饭，400多人因酗酒致残或死亡，60多人犯过诈骗或盗窃罪，还有7个杀人犯。整个家族没有一个有出息的人。

让我们设想，假如珠克家族中的一个孩子很小就被爱德华家族抱养，他将来会怎么样呢？反之，爱德华家族的孩子被珠克家族抱养，又会怎么样？在家庭中持续灌输的是非观念、善恶标准和做人原则，将影响他的一生。这就是两个英国家族留给后人的启示。



让孩子体验艰苦大有好处

我认为，孩子们头脑的发育过程就像流水一样容易被引导，具有极强的可塑性。对于整个人生来讲，头脑固然是很重要的，可是身体作为物质基础，同样不容忽视。所以当我们谈到身体和头脑全面发展的问题时，我想先谈谈身体健康方面的问题。

这里所讨论的健康问题，并不属于医生关心的范畴。医生关心的是怎样使天生体质羸弱或生病的孩子恢复健康。父母关心的应该是：怎样使原本就健康的孩子保持健康、增进健康。

其实要孩子健康，说来非常简单，可以归结为这么一点：**让孩子体验艰苦**。这话一出口，就可能遭到天下父母的非议，母亲们可能觉得这太残忍了，简直就是老粗的方式，父亲们也可能认为我说得太轻率、缺乏可信度。对此我可以详细地解释一下。别的先不谈，有一点是我经过悉心观察得出的结论：大多数孩子之所以身体不够强壮，都是娇生惯养造成的。这一点，我想特别提醒孩子的母亲和祖母们注意。

1. 别给孩子穿得太暖

第一件要注意的事情是：别给孩子穿得太暖。我们刚刚生下来的时候，脸皮的耐寒能力并不比身体的其他部分更强。后来脸之所以比其他部分更耐寒，只是因为老露在外面，习惯了温度的变化。历史上有一个有趣的故事：古雅典人在冰天雪地中遇见了大月氏的哲学家，看见他们居然赤身露体，觉得不可思议。而大月氏哲学家的反应更是耐人寻味，他们说：“天气确实很冷，可你们的脸为什么禁受得住呢？”雅典人说：“因为脸



习惯了呀！”由此可见，习惯是关键。只要从小养成习惯，我们身体的承受力其实是超乎想象的。

2. 黑黝黝的摩尔人证明了什么

还有一个有名的例子，与此正好相反，这是我在一本游记上读到的，原文如下：“摩尔人生活的地方几乎是全欧洲最热的地方，比罗马还热，又特别闷，很少吹风。那儿的人都黑得像吉普赛人一样。可是农民们在最热的午间照常下地，根本就不躲避灼人的阳光。这使我相信：只要从小养成习惯，许多看上去似乎不可能的事，我们的本性是完全能够适应的。摩尔人就这样锻炼他们的后代，让他们不怕骄阳，上不着衣衫，下不穿长裤，头上也全无遮盖。”

所以我奉劝天下的父母，即使在英国这种寒冷多雾的国度，也没有必要过分注意防寒。有些人冬夏穿着同一套衣服，也没觉得有什么不好，也不比别人冷。遇到霜雪天气，做母亲的怕孩子着凉，穿得暖和些，是人之常情，可千万别给孩子穿得过暖。另外，大自然已经想得很周到，给孩子的脑袋盖上了一层头发，又给了它几年的时间去适应这个星球的气候，所以，白天就别给孩子戴帽子了。晚上最好也不要戴，因为老把脑袋暖融融地闷在帽子里最容易引起头疼脑热、伤风咳嗽这些毛病。

3. 给孩子用冷水洗洗脚

从头说到脚，我主张天天给孩子用冷水洗脚。孩子的鞋子应该做得薄一些，而且踩到有水的地方——最好能透水。说到这一点，恐怕孩子的保护人都会反对：这多脏啊，而且鞋子、袜子弄脏了洗起来多麻烦！但是和孩子的健康相比，这都是微不足道的小事。只要想想那些娇气惯了的人，脚不小心浸到水里就会感冒发烧，麻烦无穷，那时他宁愿自己是从小和穷人家的孩子一起光脚混大的。



穷人家的孩子一年到头打赤脚，脚自然就习惯了冷暖，湿了脚就像湿了手一样，不会伤风，不会对身体有任何损害。我们的手和脚之所以像现在这样天差地别，试问，除了习惯之外，还能找出别的原因吗？假设有一个人，从出生起就让他赤着脚，而把双手用类似“鞋”的东西（荷兰人叫“手套”）暖融融地包起来，久而久之习惯了，他的手要是偶尔沾上水，肯定会和大多数人的脚沾了水一样有麻烦。为了预防这种麻烦，就只能从小把他的鞋子做得容易透水透气，而且坚持不断地用冷水洗脚。洗脚能让脚清洁，这固然是好，但我更注重的是它对维护健康方面的裨益。我知道有人教孩子每天晚上用冷水洗脚，效果就很好，在冬天最冷的时候，也每晚不间断，水面结了一层厚厚的冰，孩子还是把脚和小腿浸在里面洗。那个孩子很小，连自己擦脚都还不会呢，刚开始练习时也是畏畏缩缩、哭哭啼啼的。

每天洗脚的时间不必限定，晚上还是白天，可以由父母自己决定，各随其便。只要能把这件事坚持有效地做下去就行。冷水洗脚可以增强身体的适应力，还可以预防长鸡眼。起初练习，最好从春天开始，先用温水，然后渐渐地越来越冷，不久就能完全用冷水了。以后就可以不分冬夏，一概用没有加过温的冷水。在冷水洗脚这件事以及其他打破生活常规的事情上，我们都应该注意，要在不知不觉中，逐渐地改变。这样，我们的身体才能够适应，不会在遭到突如其来的侵袭时，发生麻烦和痛苦。

可想而知，平时温柔体贴、唯恐不尽其职的母亲们，听到我这个主张会是什么态度：这样对待幼小娇弱的宝贝孩子，简直是要谋害他们嘛！你都在说什么呀？——寒冬腊月的，好不容易把手脚弄暖和，却要孩子把光脚浸在冷水里？为了消除母亲们的恐怖和疑虑，我再举几个例子吧。



辛尼加(Seneca)在他的第56封和第83封书简里告诉我们：他习惯于在严寒的冬天泡在寒冷的泉水里洗澡。辛尼加家里很有钱，完全洗得起热水澡，而且当时他年事已高，享受一下也理所当然。他之所以这么做，肯定是因为冷水浴对健康有好处，他也可以忍受。有人认为，他这样强迫自己，是信奉犬儒哲学(Stoicism)的结果。就算如此，冷水浴对健康有益无害也是事实，因为他的身体从来没有因此受到过丝毫损伤。

另一个人是华莱士。他没有加入任何宗派，他可不相信任何犬儒主义的自我折磨的方法，可他也一直在冬天里洗冷水澡。大家是不是要说，他住在意大利，意大利比英国暖和，那儿的河水冬天没那么冷？如果说意大利的河水比我们这儿的暖和，那么法国和波兰的河水怎么样？然而你看，法国和波兰的犹太人，男男女女一年四季都泡在河里洗澡，也没见谁因此而生病。没有谁会把这看作是奇迹，也没有谁以为那口著名的圣温弗雷井(St winefred Swell)有什么神异之处，它不仅不会伤害身体衰弱的人，而且对恢复他们的健康十分灵验。那么身体本就健康的人利用冷水浴来锻炼体格，就更行得通了。

话说到这个份上，也许还有人会觉得成人的例子对儿童不适用，孩子幼嫩的身体受不了这样的锻炼。那么请看看古代法国人和现代爱尔兰人是怎么做的：婴儿是最娇弱的了，可他们连婴儿都用冷水洗，不但洗脚而且全身都洗了，也没有洗出什么事来。如今住在苏格兰高地的妇女，到冬天都用这种办法锻炼她们的孩子，就算水里结了冰也照洗不误。事实证明，只要循序渐进，对孩子没有什么坏处。

4. 要会读书，也要会游泳

游泳也绝对是一件好事。孩子到了能够游泳的年龄，又有人教他，他就该学会游泳。这不仅可以自救，还能救人性命。古罗马人把这看得很重要，和文学并列，他们形容一个人没教

第一章
家庭教育决定孩子
一生的命运