



音乐教育 心视界

郭声健 ◎著



湖南师范大学出版社

音乐教育 心视界

郭声健 著

湖南师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

音乐教育心视界 / 郭声健著. —长沙: 湖南师范大学出版社, 2018.5
ISBN 978 - 7 - 5648 - 3231 - 5

I. ①音… II. ①郭… III. ①音乐教育—教学研究 IV. ①J6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 095237 号

音乐教育心视界

Yinyue Jiaoyu Xin Shijie

郭声健 著

◇组稿编辑: 李 阳

◇责任编辑: 李红霞

◇责任校对: 李 航

◇出版发行: 湖南师范大学出版社

地址/长沙市岳麓山 邮编/410081

电话/0731 - 88873071 88873070 传真/0731 - 88872636

网址/http: //press. hunnu. edu. cn

◇经销: 新华书店

◇印刷: 长沙宇航印刷有限公司

◇开本: 710mm × 1000mm 1/16

◇印张: 17

◇字数: 300 千字

◇版次: 2018 年 5 月第 1 版 2018 年 5 月第 1 次印刷

◇书号: ISBN 978 - 7 - 5648 - 3231 - 5

◇定价: 49.80 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换。

本社购书热线: 0731 - 88872256 88872636

投稿热线: 0731 - 88872256 13975805626 QQ: 1349748847

前言

有一次听美术家们聊艺术，很受启发。一位热衷传承民间艺术的教授在说起剪纸时无不充满着敬意，他说：民间艺人剪纸其实并不是用眼在看，也不是用手在剪，而是用心在看，用心在剪。

音乐又何尝不更是这样子呢？她是人类的一门特殊语言，她是人类表达情感的心声，她的声波直抵人的心灵。同样的道理，真正的歌唱家也不是用嘴在唱歌，演奏家也不是用手在弹奏，他们都是用心在演绎。唯有用心，才能完美表达与深刻体验音乐的魅力。正如维克多·伍顿在《音乐课》中所说的：“像我一样的真正的音乐家弹奏的是音乐本身，乐器只是一种表达方式。我知道音乐来自我的内心，而不是来自乐器，因此我能使用任何一种乐器，甚至连乐器都不用，就可以弹奏我内心的音乐。”在伍顿看来，音乐已经是活生生地存在于我们的内心的，我们不需要再去创造她，我们不能创造音乐，就如同不能创造一个孩子，音乐跟孩子一样，是已经在我们的灵魂深处完整存在的，我们要做的就是通过演唱、演奏、聆听，和音乐亲密接触，再把她带到世界上来。

由此，我想到了音乐教育，作为一门以让学生获得音乐审美体验为旨归的特殊学科，一门唯有用心才能完美表达与深刻体验其魅力的心灵艺术，我们所实施的教育，也必须从心开始，由心出发，使其真正成为走心与暖心的教育。

我们常形容眼睛是心灵的窗户，心里的种种感受会通过眼睛表达出来。但在音乐课堂上，很多时候我们的眼神可能会是呆滞的，在学生的眼睛里读不到一分对老师的期待与惊喜，在老师的眼睛里读不出一分对学生的欣赏与鼓励。这种状况必须改变，而要将“目中无人”转变为“目中有人”，就必须做到“心中有人”，因为眼睛是听从心灵引导的。老师的心中要装着学生——一个个本来就存在种种不足而需要我们去引导、培育、宽容的孩童；当老师心里有了学生，老师也必然会被学生珍藏在心底，镶嵌在眼中。

我们常羡慕一些国外的孩子在表演的时候，脸上的表情是那么的自然和开心，反观我们的学生，似乎是经过了老师的精心设计而显得僵硬和缺乏个性，脸上的表情似乎并非来自他们自身对音乐的体验和发自内心，这实际上等于没有表情。这种状况必须改变，而要将“脸上无情”转变为“脸上有情”，就必须做到“心中有情”，因为表情是听从心灵摆布的。老师不是要告诉学生如何表情，而是要启发引导他们用心去表现与聆听音乐，真正让音乐去撞击学生的心灵，那样的话，学生的脸部表情才会栩栩如生。

我们常埋怨学生在聆听音乐的时候这个耳朵进那个耳朵出，或者是一听音乐就无精打采昏昏欲睡，或者是对耳边的音乐无动于衷充耳不闻。虽不能说这就是音盲的表征，但至少可以说其耳朵对音乐的反应很迟钝。这种状况必须改变，而要将“耳中无音”转变为“耳中有音”，就必须做到“心中有音”，因为耳朵是听从心灵召唤的。我们不能一味地去教学生怎么听，而应该是多让学生自己去听；不能一味地让学生听老师说，而应该是让学生去听真音乐；不能让学生带着沉重的包袱去听，而应该是让学生轻松自由地去听。要用音乐去培养学生的内心听觉，用音乐去丰富学生的音乐体验，用音乐去营造学生的心灵氧吧，只有这样，音乐的耳朵才能炼成。

我们常困惑学生为什么不积极“配合”老师的教学，要他们唱他们不愿唱，要他们说他们不敢说，有时候甚至一点面子都不给而让老师好尴尬。不该说话时偏要说，该发声时竟失声，我们更愿意把这归责于是学生的身心特征在起作用。这种状况必须改变，而要将“口中无声”转变为“口中有声”，就必须做到“心中有声”，因为嘴巴是听从心灵指挥的。当学生的心扉没有被老师打开，他们就不可能产生表达的欲望；当学生的心灵没有被音乐打动，他们就不可能产生表演的激情。学生心中有声，并且想说就说，想唱就唱，这是音乐教学的一种境界，而达到这样的境界需要和谐氛围与轻松情调做支撑，这样的氛围与情调，唯有师生之间惺惺相惜、心心相印，才能真正达成。

所以说，音乐教育要从心开始，要走心暖心，要温润心灵。而要真正做到做好这一些，音乐教师必须有爱，要爱音乐，爱教育，更要爱学生。

正是基于以上认识，本书提出要从“心”的视角来审视音乐教育，这便是确定“音乐教育心视界”这个书名的缘由。书中精选了最近两年本人所写的有关音乐教育的实践随感、学习体会、会议发言等近五十余篇文稿，可以说，这些文字真实记录了本人的音乐教育心路、心得与心声。

目 录

心 路

一桩心事	(002)
尊重的方式	(007)
坚持不容易，麻烦我喜欢	(010)
做别人不屑做的事	(014)
论文为我牵线搭桥	(017)
若不赛课，还会磨课吗？	(022)
我与同事的一次越洋对话	(028)
被毕业生记住的感觉	(034)
一句话的事儿	(036)
幸福感爆棚	(040)
倾听也是最好的教育	(044)
做一个内心细腻的老师	(048)
成全学生就是成就自己	(052)
聊以自慰的大学排名	(055)
读点无用的书	(057)
无聊的时候聊无聊	(061)
我就是那匹吃“回头草”的马	(063)
心在哪，人就在哪	(065)
静待明天的见面会	(067)

我并未脱离基层很多年	(070)
一个电话让我重新理解好老师	(074)

心 得

一线艺术教师的美育坚守	(078)
发挥美育的“立德树人”优势	(079)
高校美育三驾马车必须齐头并进	(083)
推进学校美育的大动作	(087)
艺术素质测评，但愿是福不是祸	(090)
艺术素质测评必须把握的基本原则	(097)
高校音乐教师教育与基础音乐教育的对接	(102)
音乐教师要成为称职的颜值担当	(108)
精致大气的伯克利音乐教育专业	(114)
作为专业课程“平等伙伴”的人文课程	(123)
伯克利音乐学院的支教行动	(130)
洋气者更能接地气	(136)
表演是最好的音乐学习	(142)
毕业典礼绝对属于学生的	(148)
校长眼中最有谁	(153)
我在美国监狱里的两个小时经历	(157)
华丽转身，闪亮登场	(164)
孩子成才的“秘诀”	(167)
给一位焦虑家长的回复	(172)
“野路子”音乐学习的经典案例	(176)
假如 Panta. Q 做一名音乐老师会怎样？	(178)
一篇值得每个父母都看看的琴童作文	(183)
快乐的音乐不要学得那么痛苦	(187)

心 声

我的美育梦	(192)
基本功展示的检视与导向	(194)
“微课”管窥音乐教师教育之现状	(197)
跨区域联姻造就最优质的音乐教育基因	(202)
功利化与技术化导致的“合理危机”	(204)
我也学讲三句话	(206)
与定远工作室的 5.20 音缘	(210)
为暖心的老师点赞	(212)
音乐课堂暖暖的、美美的	(215)
因为有爱	(219)
让乡村的孩子闪亮一瞬间受益一辈子	(227)
一封写给“郭大侠”的信	(230)
别借艺术之名伤害孩子身心	(235)
音乐教育事，大家都来说	(243)
孩子们爱唱两首歌，是喜还是忧	(247)
一次朋友聚会式的研修培训	(250)

心 路

一桩心事

一日，我和朋友在洛杉矶一家有名的咖啡厅闲坐，品着咖啡。这时进来一个人，坐在我们旁边的那张桌子旁。

他叫来服务生说：“两杯咖啡，一杯贴墙上。”他点咖啡的方式令人感到新奇，我们注意到只有一杯咖啡被端了上来，但他却付了两杯的钱。他刚走，服务生就把一张纸贴在墙上，上面写着：一杯咖啡。

这时，又进来两个人，点了三杯咖啡，两杯放在桌子上，一杯贴在墙上。他们喝了两杯，但付了三杯的钱，然后离开了。服务生又像刚才那样在墙上贴了张纸，上面写着：一杯咖啡。

似乎这种方式是这里的常规，但却令我们感到新奇和不解。不过由于事不关己，我们喝完咖啡，付了钱，就走了。

几天后，我们又有机会去这家咖啡店。当我们正在享受咖啡时，进来一个人，此人衣着与这家咖啡店的档次和氛围都极不协调，一看就是个穷人。他坐下来，看着墙上，然后说：“墙上的一杯咖啡。”服务生以惯有的姿态恭敬地给他端上咖啡。

那人喝完咖啡没结账就走了，我们惊奇地看着这一切，只见服务生从墙上揭下一张纸，扔进了纸篓。此时，真相大白，当地居民对穷人的尊敬，让我们感动得热泪盈眶。

咖啡既不是社会的基本需要，也不是生活的必需品，但需要指出的是，当我们享受任何美好的东西时，也许我们都应该想到别人，有些人也喜欢这样的东西，但却无力支付。

再说说那位服务生，他在为那个穷人服务时一直都是面带笑容。而那位穷人，他进来时无需降低自己的尊严讨要一杯免费的咖啡，他只需看看墙上。

上面这个故事并非我自己的经历，而是我之前读到的一篇题为《墙上的咖啡》的文章。今天重温这个故事并把它上传到空间，一方面是想和大家分

享一份温暖，另一方面也是想给自己一种激励。其实，我们每个人都具备了行善的条件，就看自己愿不愿意付诸实践。天天喝咖啡的人，偶尔花几块钱为穷人预点一杯咖啡存放在墙上贴着，等着喝不起咖啡的流浪者不失尊严地去享用它，这本不是什么惊天动地的事，绝大部分人都可以为之。但不妨设想，在这个咖啡屋里，只有某一个人偶尔这么做与每个人都跟着坚持这么做，带给我们的温暖和感动是否等量？我想肯定不一样。正是当这样一种日常生活中大家都容易做到的善举成为一种社会风气、一种群体行为的时候，人们才更深切地感受到了它带来的温暖。而如果是只有极少部分人才有条件去做的事情，比如有亿万富豪捐款千万甚至上亿，那这样的善举就变成了壮举，而一旦成为了壮举，给人的感受可能就主要不是温暖，而是震撼，它会离我们普通百姓比较远。这也是为什么《墙上的咖啡》里面的众多无名普通百姓可能比捐款上百亿的李嘉诚或比尔·盖茨更让人感到温暖的原因。我们这个社会，似乎让人震撼的名人壮举倒也不少，但给人温暖的凡人善举却相对稀缺。为什么，一个很重要的原因可能是我们习惯了追求轰轰烈烈，不屑于满足平平淡淡，似乎只有轰轰烈烈生命才有价值，而平平淡淡人生就会苍白。于是，绕来绕去，我们又绕回到了一个永远也讲不清、每个人的答案都不尽相同的老话题：人生的意义究竟是什么？

很早以前我和一个在美国工作的朋友聊过这样一个话题，为什么西方人普遍都有宗教信仰，他的解释令我有些意外。他说：你以为他们真傻到相信有上帝存在，其实，他们是假想着天堂里有一个上帝，想象着这个上帝在没日没夜地看着地球上的自己，无时无刻不在规范着人的行为。我理解也相信了他的这种解读，说白了，他的意思是说人是一种缺乏自觉性的动物，自己的言行一定要被人监督才会有所收敛。所以，有信仰好，它能够永远提醒自己：“人在做，天在看”；“善有善报，恶有恶报”；“不是不报，是时候未到”。有了这种信仰，我们就知道必须多行善，而不要试图行恶，因为我们做的任何事情，其实是有被看到的。

30多年了，我一直都记得当年在农村小学教书时为学校煮饭的工友李师傅。李师傅每天给我们两三个住校的年轻老师做饭，尽管那时的饭菜很单调，难得吃上一顿肉，但他的厨艺挺好的，也有那种高级厨师的范儿，我们很知足。他人很好，但脾气大，在校长面前都敢摆摊子，不过他从没对我发过脾

气，我每到一个地方，倒是和这些师傅们关系处的都不错，我若买了肉什么的打打牙祭，一定会叫上他一块吃，还会给他备好酒，因为酒是他唯一的爱好，他每次喝酒，红脸蛋，微醉，话多。人和人就是这样，你对他好，他也会对你好，自然李师傅对我关照有加，家里有点什么好吃的土特产都会偷偷地背着别的老师给我送一点。他是个单身汉，据说也偷偷交了一个名不正言不顺的相好，那时候这可不是什么值得炫耀的好事，但我特别能够理解他，好像村里人也都宽容他。有一次我们两个人喝酒，他借着酒劲把什么隐秘的故事都说给我听，其他都不记得了，但他说的有一句话我却永远都不会忘。他说：我这个人一辈子不害人，喜欢做好事，我死的时候一定不会有痛苦，会站着死的！他问我你信不信，我使劲地点头信信信，那不是为了宽慰他，而是真的这么想。那个时候，李师傅 50 多岁了，单身一个自然也没有儿女，将来也就不可能为他养老送终的亲人，他当时说那句话的时候很动情、很感慨，搞得我都有点想哭了……从那时候开始，我就时不时地因为那一句话而想到李师傅，或许，“站着死去”就是他一直以来行善做好事的动力与目标追求吧！李师傅是不太幸福的，因为他没有家人，老无所依，但他又是幸运的，因为他有信仰有追求，所以他活得踏实，而且对死都那么的充满信心。他的信仰就是善恶有报，他的追求就是死得不痛苦。30 多年过去了，不知道李师傅是否还健在，我相信他还在的，因为那时候他的身体棒棒的，而且好人有好报；即便他不在了，我也坚信他是安详离世的，就如他所希望的那样。

一直没有忘记可爱的好人李师傅，今天突然还想到要和大家分享他的故事，或许也表明就是这样一个极普通的人，以及他所说的一句极普通的话，却有可能一直深深地在影响着我。其实，我也用不着谦虚，实事求是地说，这些年在坚守着绝不做有意害人的事这一底线前提下，我一直都在不图名利与回报地做一些力所能及帮助别人事情，其中很多事情已经超出了自己的工作范畴，大部分以我自己的方式和能力给予过点滴帮助的人其实开始都是彼此不曾相识的。这么做究竟是为了什么呢？我也想过这个问题，但很难总结出一个准确的答案，或许也不过是类似于李师傅那样的朴素信仰和追求吧。幸亏没有人来采访我，也没有人要评我为先进，否则我真的不知道该怎么回答“为什么要这么做”这样一个看似简单却很难讲清楚的问题。当然，若一定要拔高认识的话，或许还是一个人生观价值观的问题吧。不做坏事，多做

好事，行善积德，不浪费生命，不枉活人生，这本身就是一种人生选择与追求，这本身就是在解答着“为什么”。

最近我在写一篇文章，是有关我正在访学的伯克利音乐学院一个叫“城市音乐”的支教项目，很有感慨。这是一个针对处境不利社区、尤其是音乐教育落后学校的弱势学生群体的音乐教育支教项目。据统计，从2001年到现在，该项目每年约有28000名4到12年级的中小學生从中受益，只是光为两个学生奖学金项目投入的奖学金总额就达1580万美元。我们姑且不要去问他们的钱从哪里来，他们的钱是否多得花不完，作为一个资本主义国家的私立大学，特别是作为现代音乐专业方面的世界顶级大学和在音乐产业方面对社会有着重大贡献、却与基础音乐教育关系不大的学校，竟然对中小学音乐教育和青少年一代拥有如此的使命担当，实在是令人赞叹。赞叹之余，自然有所比照，于是我在文中这样写道：

与美国相比，或许我们在艺术教育、音乐教育方面处境不利的学校更多，未能享受到基本艺术教育权利的孩子比例也更大，而中美两国的各类大学总数却相差不大（两国大学数大约在2500~2700所之间），估计设有艺术专业的高校数也不会有明显差距。既然像伯克利这样的资本主义私立大学都能够对基础音乐教育有如此的社会担当，那么，作为社会主义公立大学的我们，理当更应该具有服务社会的责任意识和使命感。然而，毋庸讳言，在这方面我们的差距是很大的。或许已经有一些学校在行动，小规模，临时性的，或也有个别成规模的，长期性的，但显然还未形成大气候，更未成为我们每个高等学校的自觉追求，故而依然还有那么多身处农村、边远、贫困和民族地区学校的孩子们在渴望着艺术，在等待着我们伸出援手和送去温暖。

这便是我最近一直在思考的问题：我们除了做好自己的本职工作之外，还能够做些什么？作为一名艺术教育工作者，我们能否可以为那些从来都没有上过音乐课、美术课的孩子做点什么？可以断言，期待我们的高等学校都像伯克利音乐学院那样拥有如此自觉的使命担当，至少从短期来看，似乎还不具备这样的社会环境基础，那么，作为个人，我们是否可以有所行动？！其实，做支教，我们不需要高谈什么责任感和使命感，做一个好人，做一个好老师，就有可能想得到。于是，这些天我一直在琢磨着：能否以自己的研究生团队并邀少量志趣相投、志同道合的一线教师朋友为基础，组建一个

非正式的农村艺术教育支教小分队呢？有钱出钱有力出力，不能出钱出力也捧个人场凝聚一点人气，既不图名也不图利，只图农村孩子有机会享受艺术！从零开始，慢慢做起，惠及一个算一个，等到形成一定气候，参与的人数越来越多，来源越来越广，条件成熟，再自发形成一个农村学校艺术教育支教志愿者个体联盟，形成长效机制，坚持做下去，直到艺术教育真正能够惠及每一个人，艺术教育不再有任何遗忘的角落。

这便是我此时此刻的一个心事，心动了但行未动，也不知道可行不可行，但我知道，现实永远比想象的要难。这个心事，我想悄悄地告诉你，希望你帮忙拿主意；这个心事，我想怯怯地告诉你，期待你给我鼓勇气。这个心事，我还想弱弱地问问你，如果真的要变心事变事实，邀请你参与你乐意不乐意？

附注：2015年10月13日，正当中国音乐教育千人大会在大上海隆重开幕的时候，华南师大音乐教育研究生农村音乐支教活动则在广州花都区的高溪村小学悄然启动。没有启动仪式，没有任何排场，由王朝霞老师领衔的支教小分队一行六人直接走进课堂，为全校九个班的孩子们奉献了九堂别样的音乐教学。农村的孩子们快乐着，村小的老师们高兴着，我们的支教队员们收获着。而我，作为这项活动的发起者，却被王朝霞老师一句话劝阻而未能同行，甚是遗憾。她这样对我说：“郭老师，如果你去，研究生同学可能会更紧张，放不开，还是过两周再去吧！”理由听上去很有说服力，我想我的确不能为了自己获得某种体验而有可能影响着同学们的教学状态与效果。虽然我最终未能贸然前往，却是身在曹营心在汉，即便上课也在开小差。不时地打听，不时地收到前方传来的消息，一切都是那么的美好，一切都是那么地顺利！

此刻，我就想说的是感谢的话。感谢我的音乐教育团队，感谢王朝霞老师，感谢四位研究生同学，感谢一同前去的外专业研究生同学！感谢高溪村小学的全体老师和同学！我期待着有更多的人加入到我们的支教队伍，祝福着我们的支教活动能够圆满成功！

尊重的方式

最近一直在瞎忙着，很难静下心来写写小感悟。昨晚与东莞吴老师的几句简短交流，又引发了我有感要发的小冲动。

几个月前，吴老师告诉我，她正在编写一本《“快乐识谱”音乐教程》，希望我到时能为它写个小序。当时我是爽快答应下来，原因很简单：一是要为“快乐识谱”叫好，我们的音乐教育太需要产出快乐；一是要为“一线教师”点赞，我们的中小学教师太需要有人扶持。昨天晚上，吴老师告诉我教材已经编好，先计划着自己掏钱内部印刷 1000 册供学生试用。她试探着问我关于写序的事情，我自然明白她的心意，便主动说如果觉得有需要，内部印刷我照样也要写。因为对我来说，教材是公开出版还是内部印刷没有区别，支持吴老师编写教材就是我的目的。

得到我的肯定答复，吴老师放心离去。但两个小时后，她又给我留言。她说：“郭教授，你好！我发现我忽视了一个问题。”这话表述有点严肃，我问是什么问题，她似乎有点儿底气不足抑或显得很难为情：“就是你写序的稿费，我尽量从印刷费中抽点出来给你，可能不会太多。”原来是这事，我还以为是编写方面忽视了一个什么需要补救的问题呢。我告诉吴老师凡是属于个人行为我从来都不要报酬，一分钱都不要的，从没收过，不可能例外，让她放心好啦。我说：若还要收一线教师的稿费，那就不配写什么序了。她说：“我知道你不要，但我过意不去。我觉得每个人的劳动都该得到应有的尊重！”

“每个人的劳动都该得到应有的尊重！”这听起来倒真是一个很得体而且很有说服力的理由。不过，这句话并没有对我产生什么特别的效果。我回复吴老师说：尊重的方式有很多。

是的，尊重的方式有很多，报酬（如稿酬）只是其中的一个小小方面。这么多年，我难以统计为老师们看过、改过、写过多少文字了，尽管我没有收过老师们一分钱的报酬，但我深深地感受到了自己被尊重，正是因为有这样的一分尊重，让我十几年如一日，快乐地坚持到如今。

来美国快四个月了，访学接近尾声，文章没写几篇，却总是那么的忙忙碌碌。最近打算写一篇关于伯克利音乐学院人文课程设置方面的文章，材料都准备好久了，采访也完成了，但就是迟迟不能动笔。不是不想动笔，而是没有成块的时间，因为每天总有这样那样的、别人家的事情要做，自己的事自然就是能压则压，能推就推。就如昨天，白天忙着改文件，晚上忙着改文章，都是跟“文”有关，都是费“脑”之事，一直忙到凌晨一点一刻，大概看了5篇文章，结果越改脑子越兴奋，躺在床上还清醒得不得了，三点钟了还睡不着。最近脱发很严重，想想也在情理之中。我为何如此这般地甘愿放下自己的活，去忙他人的事情？究其原因，还是因为尊重：他人尊重自己，我理应尊重他人。

就拿吴老师这件事来说吧，专家领导成千上万，她却偏偏相中了我，这是信任，信任便是一种尊重；因为她的这份信任，我乐意为她写序，这是感恩，感恩便是一种尊重；吴老师想到了要给我稿酬，但说明不会太多，这是坦诚，坦诚便是一种尊重；我告诉她自己从不收费，让她放心，这是宽慰，宽慰便是一种尊重……所以，尊重是多层面的，有物质层面的尊重，那可以获得实惠；更有精神层面的尊重，那可以慰藉心灵。而物质层面的尊重方式相对单一，精神层面的尊重方式却内涵丰富。

尊重是相互的，是双向的。要想得到别人的尊重，自己先得尊重别人；而当获得别人尊重的时候，自己更是要尊重别人。比如，素不相识的人找我看文章，那是因为一份信任而给予我的尊重，于是，我要尽快回复，别让人等太久，这是尊重；我要认真审读，别让人觉得我是在敷衍，这是尊重；我要善意提出意见建议，别让人的积极性受到打击，这是尊重；我要多说表扬鼓励的话，要让人对写作保持兴趣充满自信，这是尊重。还比如，我坚持打理“音教空间”，这么多人上空间浏览，那是因为一份关注而给予我的尊重，于是，我要尽可能高频率地更新空间内容，别让人期望而来失望而归，这是尊重；我要尽可能回复大家的留言，哪怕一句话，一个词，一个“笑脸”，一束“玫瑰”，别让人受到冷落，这是尊重；我要尽可能委婉表达不同见解，别让人自尊受到伤害，这是尊重。

表面上看去，如此在乎尊重他人，就难以避免会冷落自己。但是，透过表面再看去，越是尊重他人，便越会得到他人的尊重，越是能让自己更多地感受到人生的价值，那便意味着越是对自己的尊重。想一想，冷落自己少写了几篇论文又何妨？虽然因此而获得的尊重不能像论文那样拿去发表，不能

名正言顺地挣得稿酬，但那份尊重所能带给自己的却远远超出了这些表面的、物质的东西，它能让人宁静不浮躁，自信不虚荣。

话说回来，尽管并没有刻意追求过物质层面的尊重，但这些年我在这方面得到的尊重也是够丰富而厚重的。有时候也会被动地、无奈地收受一些物质小“贿赂”，特别是一旦碰上那种声言“就让我庸俗一把”的任性者，我也是没有招架之功了。这些物质上的尊重，包括老师自家酿的蜂蜜、自家做的新茶、自己上山摘的水果，以及各式各样家乡的糖果木耳土特产等。这些东西本身是有价的，虽然并不见得多昂贵，但他们所承载和表达的那份尊重却是无价的、贵重如金的。

尊重的方式有很多，就看你喜好哪一种。选择与接受怎样的尊重方式，意味着选择和追求怎样的自我人生。

附：为《快乐识谱》点赞

吴晓燕老师是广东省东莞某小学的一位优秀音乐教师，在从事小学音乐教学工作的同时，积极开展课题研究工作，主持了《小学“班级音乐会”的实践研究》和《小学低年级音乐“快乐识谱”教学研究》2个市级课题，课题研究成果《小学“班级音乐会”的实践研究》荣获广东省2011年中小学教育创新成果二等奖、2012年东莞市普通教育科研成果一等奖、2013年广东省第八届普通教育教学成果二等奖。

作为又一项课题研究成果，她已经编写完成《“快乐识谱”音乐教程》，她希望我能为该教材写个小序。我深知小学音乐教师编教材很不容易，为此，我写了下面这段根本就不像序的文字，以此表达我对一线教师的敬佩与支持！

捧着这本充满童趣与美感的《“快乐识谱”音乐教程》，我有些爱不释手，有话想说。

首先我想对小朋友们说：我们的音乐课，就是要让你们获得快乐，要让音乐带来的快乐陪伴着你们开心学习，陪伴着你们健康成长。音乐是快乐的，但音乐学习有时候可能并不一定是多快乐的，特别是学习识谱，有的小朋友会觉得它枯燥不好玩。现在好了，有了这本书在手，老师会带你们快乐地识谱，带着你们开心地玩音乐。学会了识谱，你们就拿到了打开音乐宝库的金钥匙；你们就能够在音乐世界里自由地飞翔，你们就都能够成为小小音乐家。

其次我想对吴老师说：这本书，倾注了你对孩子的爱，凝聚了你对教学的情，诠释了你的教育理念，体现了你的职业追寻。你把握了“快乐”这一音