

BIG HEARTED FATHERS

by David Tensen

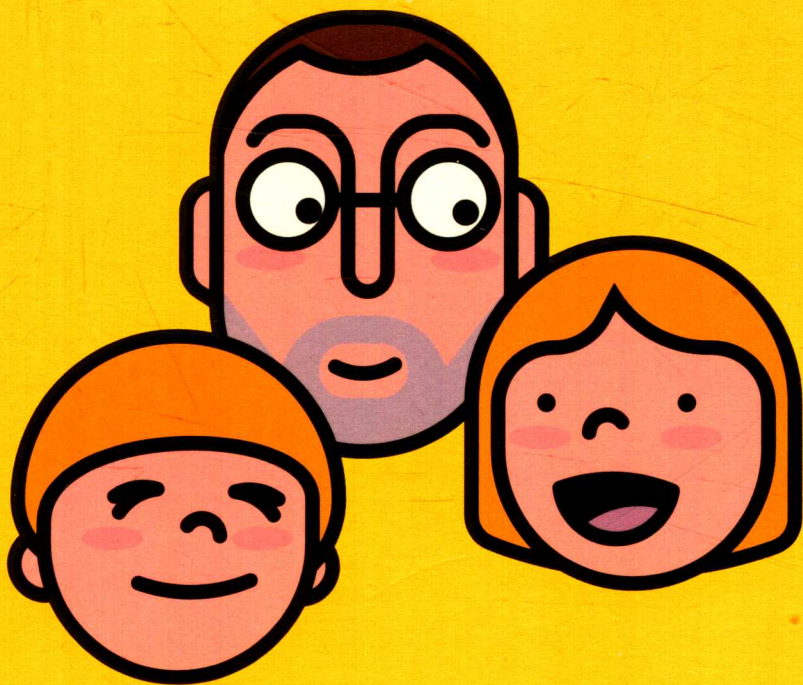
现在我们 怎样做父亲

[澳] 大卫·腾绅

著

阮诗芸

译



UNIVERSITY PRESS

大学出版社

现在我们 怎样做父亲

[澳] 大卫·腾绅 著
阮诗芸 译

BIG HEARTED FATHERS

by David Tensen
Editors: Donna Ho
Quang Hii
Anne Hamilton



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社

· 桂林 ·

现在我们怎样做父亲

XIANZAI WOMEN ZENYANG ZUO FUQIN

著作权合同登记号桂图登字：20-2018-131 号

图书在版编目（CIP）数据

现在我们怎样做父亲 /（澳）大卫·腾绅(David Tensen) 著；
阮诗芸译．—桂林：广西师范大学出版社，2018.8

ISBN 978-7-5598-1115-8

I. ①现… II. ①大… ②阮… III. 亲子关系 IV. ①C913.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2018）第 179320 号

广西师范大学出版社出版发行

（广西桂林市五里店路 9 号 邮政编码：541004）
网址：<http://www.bbtpress.com>

出版人：张艺兵

全国新华书店经销

广西南宁华侨印务有限责任公司印刷

（广西南宁市北湖南路 20 号 邮政编码：530001）

开本：889 mm × 1 194 mm 1/32

印张：7.125 字数：160 千字

2018 年 8 月第 1 版 2018 年 8 月第 1 次印刷

印数：00 001~10 000 册 定价：45.00 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与出版社发行部门联系调换。

作者简介

大卫·腾绅是一位商界主管导师和辅导专家，也是一位企业家、讲师、作家和录音艺术家。

大卫老师拥有超过 20 年跨越企业领域、精神健康和家庭辅导的经验。他汇集了从企业领导、情感健康到家庭教练指导的独特融合体验。他辅导的领导者来自世界各地，并通过他的非营利组织，促进各种社会与福利项目。

他采用世界著名的研究成果，为高度敏感的儿童和他们的父母进行了具体专门的培训，这些孩子们包括不知如何管理自己情绪的天才。传统的教育体系无法灵活和有效地指导他们，反而给这些新一代的青年领袖及其家人带来更多的负担。

大卫老师对当代的领导者进行辅导，培训他们知晓如何与下一代的领袖进行沟通，弥合两代之间因技术、语言及思维方式的不同而导致的鸿沟。他

也与心理医生、精神保健领域和从事婚姻家庭辅导的专业人士合作，提供超前的领导艺术和自我管理方面的指导，因此，接受培训的领导者们不仅成为他们职业领域的佼佼者，在身为丈夫和父亲方面也有新的突破，成为典范。

● 欧特曼研究所使用临床和观测数据库的最新资料，研制和发展新的方案，对成千上万个家庭进行辅导。这个研究所在西方很著名，可说是数一数二的。研究所赞扬大卫老师的指导，并在他们的平台上发表老师的作品。

大卫老师与妻子和三个孩子住在澳大利亚的昆士兰州。他是一位充满激情的父亲，他人生的核心目标是当一位有爱、让人感到安全、诚实、顶天立地的男士、丈夫和父亲。

作者声明

请赐予我智慧。

假如造物主要实现你的一个请求，
你会乞求得到什么？

金银？权威？伴侣？
孩子？长寿？世界和平？

几千年前，
以色列的神就问了一位王：
“你愿我赐你什么？你可以求。”

王回答了：“请赐予我慧，能辨别是非。”
于是他便获得了智慧。

假如是我在读这本书，我可能纳闷，问自己：“这位年过四十的澳大利亚人觉得自己是谁？他能给我们这个优秀、古老与现代的文明传授什么新智慧？”我的回答是：“要学的新智慧少之又少。人类赖以生存的法则自蒙昧时代以来未曾改变；人与人之间的爱，相互连接的需要，人生的目标与意义，我们的这些渴望都不曾变过。人类对优良的家庭教育和卓越领袖人物的需求也是亘古不变的。”

在书里我阐明了一些大众尽皆面对的普遍问题，展现、解决了当前问题的最新研究和应用，但这并不是说我能创造出什么新的生活法则或是人生境界。我尽力照亮一些阴暗角落，发现一些生命中隐藏着或遗失了的原则。本书是陈年老酒换上新时代的配方，汲取了许多古老经典的智慧。

本书不但引述中国历史文化，也包含了犹太历史文化的智慧。中国和其他古代文明仍然保留着关于人类生存最丰富的智慧资源。书中蕴含的原理，来自经历沧桑岁月的古老智慧和箴言，已被反复验证，至今适用。书的内容绝非宣扬任何信仰，我写此书的动力是我对父亲与孩子关系重要性的关注，以及对中国家庭的关切。我希望在当爸爸的这个人生旅程中成为你——读者的友军。

怀着欢喜与感恩，我终于见证了这本书的成形。我很荣幸，我和我的书出现在你人生当中。愿我们一道启程，踏上成为渊心爸爸（原文：Big Hearted Fathers。直译为渊心爸爸，为本书之核心理念。——编者注）的旅程；愿我们的所作所为，继续践行这亘古之道，惠及子孙后代。

前言

Donna Ho,

中以澳文化友好交流协会董事

要了解一本书的整体内容，首先最好认清其题材。一本讲草药及其疗法的书，读者若是按照读亚太经济趋势的思路来阅读理解，必然不可行，会陷入困惑。

那本书的题材是什么呢？

本书不会手把手教你如何做完美父亲，没有如何修炼成完美父亲的方程或公式。神经外科专家的最新实验成果表明，完美爸爸大脑中有特殊的神经丛，只有不到百分之一的男人拥有这种神经丛。本书亦不赞成此类结论，就算这是真的，那剩下的人呢？超过百分之九十九的男人怎么办？

展望未来之前，我们必须回顾过去。近百年前，现代中国史上极负盛名的作家鲁迅发表了一篇题为“我们现在怎样做父亲”的文章。他认

识到了变革的必要，而且这种变革首先要从家庭开始，尤其是从一家之主父亲开始。每一位父亲必须带头变革，解救子女于过去的桎梏中，促使下一代走向更广阔、更光明的未来。鲁迅先生大声疾呼：“救救孩子！”

一个世纪后，另一位父亲，跨越时空的阻隔，响应鲁迅先生的急切呼吁。本书开篇，作者登场，我们看到的是一位父亲，也是一位儿子，热切关心着“父亲与子女的关系”这个全球性社会问题。他爱中国，也爱中国人。作者与研究这一问题的众多专家有丰富的交流和共事经历。他是一位值得尊敬的人，因为他尊敬他人，这在当今时代是愈来愈难能可贵的品质。作者还致力于帮助他人处理家庭关系，并向中国伸出友谊之手。

中国是我祖上的故土，我希望看到我的同胞实现自己的中国梦。

中国有一档电视节目叫《爸爸去哪儿》，其中很多集都展现了孩子思念父亲的场景。这些孩子物质上毫不匮乏，但通过影像记录下的父亲与子女的对话，我们却看到他们急切需要父亲的陪伴。一个小男孩在访谈中流着泪埋怨爸爸总不回家，觉得爸爸是不关心他，才不愿意和他在一起。爸爸的生活方式给他带来了伤痛。

年纪这样小的孩子，说出的感受是最真实的，他们不会编谎话，节目制作人也没办法“诱导”他们。因此他们真情流露的话语更让人心痛，也暗示着这样的伤痛情绪在这些幼小的心灵中积压已久。

作者在西方早已看到这种社会现象，而另一个社会在走上同一条发展道路，甚至更上一层楼时，很可能会经历类似的严重问题。他希望其他社会能够从西方的惨痛教训中汲取经验，避免重蹈覆辙，发生不必要的冲突和惨剧。

作者使用了大量海内外的研究信息，并定义了溯心爸爸三个阶段，这三个阶段简单实用而富有建设性，为父亲们打开一扇窗口，拓宽视野。完美父亲并非遥不可及，因为每个父亲都可以做出转型变革的决定。

本书的灵感来源于大卫老师和一个充满激情的群体，并通过他们的投入而最终完成。那么书中溯心爸爸的概念也需要一个群体在生活中进行实践，转变为真正的行动，从而带来生活方式与文化的转变。形成溯心爸爸的文化有三个阶段。

首先，本书是一封家书，邀请爸爸们深入思考和回应这些极少在大众和社区中进行建设性讨论的话题。

其次，我们也邀请爸爸们参加一个社群平台，参与其中，相互鼓励，在成为溯心爸爸的过程中有更高层次的洞察、了解并获得智慧，结合当地的文化，以进入下个阶段。

在第三阶段，成为溯心爸爸，建立健全的生活方式，成为社区里的模范。这样新一代的父亲配备了创新的智慧，不仅能影响他们的家

庭和他们国家的社区，也会影响世界。

从古代到现代，中国一直拥有着奇妙和精彩的智慧，以至于几个世纪以来，中国一直影响着世界。现代中国发明了更多的技术并提供了各种有益于世界的产品和服务，但笔者认为，中国还有另一个出口“产品”，将更大地贡献于世界：拥有中国特色的智慧和情商的复合型人才，与现代趋势相结合，带给世界经济增值的优势。

诸位父亲必须寻找现代的、务实的方法当好孩子的爸爸。本书并非教材，而是一份邀请，希望中国的爸爸们能同舟共济，分享和聆听彼此的经验。作者希望唤醒那些已经当了爸爸的人和将会当爸爸的人，发现自我，意识到自己对子孙后代、对家庭甚至世界的深远影响；希望人们以构建良好父子关系的基本原则进行实践，塑造杰出的下一代。

作者提出的构建良好父子关系的原则根植于东方文化。他将古老的智慧应用到现代；所谓渊心爸爸的基本特征是有爱、诚实和给人安全感。众所周知，一个人是他过去的总和，但当前我们依然可以做出更好的、崭新的决策。我们自己和父辈的过往既已成事实，无可厚非，但我们可以选择对自己进行新投资、为子孙后代做出努力。

谨以鲁迅先生百年前的一句话作结：

中国觉醒的人……便须一面清结旧账，一面开辟新路。



目 录

001	东方与西方的会合
013	改变世界从你开始
033	有意识地生活
055	重视你所受遗传的影响
073	驾驭人生的航船
087	明确界限
101	人生之道：宽恕
123	了解孩子的局限
141	婚姻改变未来
155	爱
171	身份感与父爱的缺失
187	莫忘的风俗
203	犹太父亲对父爱和赐福的看法
216	致谢

东方与 西方的 会合

Chapter 1

The Union of
The East
and
The West

在进入正文前有必要先讨论几个话题。我深刻意识到，澳大利亚与中国文化有差异。从社会观念上来说，澳大利亚极具个人主义色彩，而中国以集体性著称。西方表达的方式是低语境的，这意味着说话人直接表达自己的含义；而东方人表达的方式是高语境的，不直接说出含义，而是依赖语言微妙之处、语境等进行沟通。而我希望读者知道，虽然我的表达方式是低语境的，但我和我的团队尽力使本书接地气，使相关话题更有意义和相关性。

首先我想在这儿向所有的中国父亲送上衷心的感谢。当我在中国访问时，他们敞开心扉、毫无保留地把自己的心事、所面临的挑战和渴望公开地与我分享，希望我能给予建议。我听取了许多的回应，并注意到许多父亲对父子关系的常见误解。书中很多话题就来自这些父亲们的顾虑和挑战，而这些话题又激励我作出回应，写给他们这封“家书”，找出适合中国国情的父子关系原则。他们也希望这本书能够成为



对中国父亲们的祝福。

当今世界是历史前所未有的交融与共享的世界，我们必须和谐共存。虽有文化差异，人性中仍有共同的需求，这种需求包括：得到父亲的认可、亲人的爱和肯定，在鼓励和赞美中进入成年期，走向自己的未来。

出于职业要求和个人激情，我去过很多国家，其中当然也包括中国。2015 年到 2017 年期间，我数次前往中国，采访了年龄各异、处于不同人生阶段和来自不同社会阶层的人——在村庄、地级市、直辖市，从蓝领到白领再到公司高层领导，从大型会议、专题座谈会、学者论坛到私人邀请的聚会，我都访谈同样的主题：身为父亲，你心中理想化的

父亲是什么样子的？你的理想和现实有什么差别？你面对哪些挑战？你对父辈的养育方式有什么看法？你现在和自己的孩子关系如何？夫妻关系呢？在当今的中国社会，做男人意味着什么？

他们的回答里，都带着一些无奈、担心和不知所措。他们本身经历了负面的父与子之间绝对权力和威严式的关系，来自封建制的孝道是命令式的，要求绝对地服从，而忽视父与子互相沟通和互动，这反映了鲁迅先生的一句名言：若是老子说话，当然无所不可，儿子有话，却在未说之前早已错了。他们也意识到这一种父子关系落后了，行不通了，但是又有“怎可放弃自家传统”的思想上的矛盾。他们也试过把西方很多教材中的内容直接搬用，但它很别扭，由于文化观念和环境的差异，再加上它还驱使孩子们表现出消极的极端行为，也行不通。他们迫切想寻找一个接地气的、新时代的方案，来调和父与子的关系。

他们的回答，和我在澳大利亚、新西兰、以色列、印度、印尼、日本、韩国、荷兰以及南非所获得的回应和收集的资料有百分之八十以上都是一致的——爸爸们都不知如何把本国文化的精髓准确地传递给下一代。打个比方，有一部分中国孩子对孝顺这个传统概念已经有了负面的感受，甚至认为是个负担。

我认为中国不适合全面采取西方模式，将西方思维全套引入；而需要明智地选择，选择从其他文化所遭受的挫折中学习、吸取教训，保留本国文化的精华，开拓具有本国特色、正能量和接地气的新模式。