

胡见素 主编

The Present
of Love

爱的礼物

父母育儿枕边书

百家出版社

胡见素 主编

The Present
of Love

爱的礼物

父母育儿枕边书

百家出版社

乙酉年
胡见素书

图书在版编目(CIP)数据

让爱流动: 父母育儿枕边书 / 胡见素主编. — 上海: 百家出版社, 2006.3

ISBN 7-80703-445-9

I. 让... II. 胡... III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 156358 号

书 名: 让爱流动: 父母育儿枕边书

主 编: 胡见素

责任编辑: 倪 骏

装帧设计: 张 勇

插图作者: 尹 荣 周萧宇(女孩 / 六岁)

封面题字: 萧 琨

出版发行:

上海文艺出版总社(www.shwenyi.com)

百家出版社(上海市茶陵路175弄3号 邮政编码: 200032)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 上海书刊印刷有限公司

(上海宝山城市工业园区园光路398号)

开 本: 889X1194 1/24

印 张: 7

字 数: 130千字

版 次: 2006年3月第1版 2006年3月第1次印刷

印 数: 1-5000册

ISBN 7-80703-445-9/G·212

定 价: 28.00元

版权所有, 侵权必究

本书如有错页倒装的质量问题, 请直接与印刷厂联系换书

本书是由4位有女儿的父亲胡见素（胡胡爸）、尹荣（音音爸）、倪骏（琳琳爸）、李平（木木爸）策划，超过50位父母参与共同完成的——叙述育儿心得、充满真情实感，读来有趣的书。其是身为父母彼此分享爱的介质；同时也为即将为人父母的育儿方法提供些许指引；还能是送给在父母爱的滋润下，具有爱的能力，终将长大成人的孩子们的一份爱的礼物。

让爱流动——感受爱、分享爱，实践爱贯穿这本书的始终。这是策划人的初衷。

爱是美好事物的基本原则。爱是宝藏也是财富，她与一切功利无关；她温润、丰沛人类的心灵。她会在人性的智慧中显得更加夺目；她是医治人类悲哀的惟一良方。一个有爱心、感恩领情的人；一个向善、关心他人的人，永远会得到好报。

其实，每个平凡的人心中都蕴涵伟大的爱的力量，请不要忽视她。正如诺贝尔和平奖获得者特瑞莎修女所说：“我们很少有人能成就伟大的事业，但我们大家都能怀着伟大的爱心去做一些不起眼的小事。”

各位读者，当您读完此书，一定有不同的感受，我们希望这本倡导“让爱流动”的书像个朋友，与您相识同时期待更多的父母朋友来参与并且分享“让爱流动”的心得

The Present
of Love

流动的爱

推己及人 让爱流动

策 划：九野文化 jiuye@vip.sina.com
主 编：胡 见 素 huxinran2002@vip.sina.com
平面设计：张 勇 erczhang@gmail.com

读者反馈表

一 您认为《让爱流动》

- 1 主题鲜明，文章真情实感、生动有趣
- 2 引发自己对“爱”的思考
- 3 有阅读和保留价值
- 4 值得推荐、馈赠给朋友

您对此书的总体印象 _____

二 您认为《让爱流动》

- 1 开放式组稿，文章不拘一格
- 2 插图、配图有趣、吸引人
- 3 版式设计吸引人

您对此书形式的总体意见 _____

三 如果我们继续出版《让爱流动》系列书籍，

- 1 您愿意参与投稿
- 2 形式

四 您建议我们出版书籍应探讨的主题

- 1 父亲的角色
- 2 今天我们如何做父母
- 3 爱的教育

4 亲子关系

五 您是从什么渠道得到《让爱流动》一书

六 如果我们成立“父亲读者俱乐部”，你愿意参与吗？

是 _____ 无所谓 _____ 没兴趣 _____

您的联系方式

姓名 _____ 职业 _____

电话 _____

E-mail/MSN _____

请读者将读者反馈表寄至：

上海虹桥路 1765 弄 19 号 302 室 （邮政编码 200336）

胡见素收

或发电子邮件至：

huxinran2002@vip.sina.com/hujiansu100@hotmail.com

爱是期待，我们等待您的感想和建议！

让爱流动



联合国儿童基金会
中国代表处
地址：上海路12号
电话：(86) (0) 21 52131111
电传：(86) (0) 21 52131111
电邮：china@unicef.org

United Nations Children's Fund
12 Nations Plaza
New York, NY 10017-2302
Telephone: (86) (0) 21 52131111
Facsimile: (86) (0) 21 52131111
Email: china@unicef.org

09/28/2005

尊敬的 胡见素(胡斌)先生,

联合国儿童基金会已如数收到您的人民币捐款 5000.00, 并对您此次支持筹款活动表示衷心的感谢。

此项捐款通过联合国儿童基金会将为需要帮助的贫困儿童提供基础教育及医疗支持, 保障儿童生存, 发展, 受保护和参与的权利。儿童是国家的未来, 今天您的捐款及爱心将会给予他们一个充满希望而美好的明天。

随信附上一封收据请您确认。

此致,

敬礼

马琳娜
联合国儿童基金会执行官

unicef
收 据

收据编号: 20059904

CN052DANHB

收据开出日期: 09/28/2005

收据开向捐款人

地址

捐款金额(人民币)

盖章

胡见素(胡斌)先生

上海市
虹桥路 1765 弄 19 号 302 室
200336

5000.00



一起来为那些生活在阴影中的
孩子带来阳光!

unicef

For every child
Health, Education, Equality, Protection
ADVANCE HUMANITY

作为本书策划人
我们有个心愿和行动
此书每印刷、出版一册
就将捐献一元给联合国儿童基金会,
支持联合国儿童基金会防治艾滋病项目,
以帮助受艾滋病影响的中国儿童。

.....
“幼吾幼以及人之幼”
让爱流动

推荐序

张湄

育有一女，曾任《为了孩子》执行主编，亲子教育、女性成长及亲密关系研究者、培训师。

今天，我们如何做父母？

张湄

——学做教练式的父母

感

谢姻缘，让我有幸成为一个女孩的母亲，孩子令我的生命升级；

感谢机缘，让我有幸成为过一家知名的育儿杂志《为了孩子》杂志的执行主编，与许许多多一起哺育孩子并与孩子一起成长的年轻父母相遇。

每个孩子都是生命大师，他们与我们的生命一起嬉戏、互动，他们是我们内在心灵世界的一面镜子，使我们重新认识自己、发现自己、了解自己、走近自己。

很喜欢这样一本《让爱流动》的书，大部分的书稿都很细致地刻画了为人父母的心理历程，这真是一份极为珍贵的记录，因为，这些文字不仅仅令我们感受到为人父母的骄傲与愉悦，也阅读到了其中成长的困惑。这真实的历程是这些年轻父母心灵成长的一个个段落、章节，孩子也在滋养着他们父母的生命，启发着父母，所以，亲子教育是一个身心互动的过程。

今天，我们如何做父母？这是许多年轻父母所关心的一个热门话题。

传统的教育方法对儿童心理发展的负面影响是需要我们反思的部分；纯粹与孩子做朋友，孩子与父母的界限很容易混淆，孩子将来在社会上生存，也需要学历、职位等，这些目标如何达成？真的靠孩子“自动自发”吗？

在21世纪，学习做一个教练式的父母如何？

就如同书中的一位妈妈所说的：

当她有需要时，及时出现在她的面前，有时她所要的只是一张笑脸或者一个拥抱；

当她发脾气时，留给她一段独处的时间和空间，在以平和的语气说明为何不能让其如愿的理由后就安静地走开；

张湄



当她学习时，给予最大限度的耐心和恒心，就当自己也是第一次试图掌握这项新的技能；
当她略有进步时，给予双倍的赞扬之词，我知道这样的话，下次她的步伐就迈得更大。

教练式的父母懂得真正的聆听，用心来聆听孩子的心声；
他们懂得以提问来代替说教，引发孩子思考，从而使孩子自动修正自己的行为；
他们懂得区分事实与感觉，他们会努力地与孩子的感觉在一起，使孩子感到自己真正被理解与接纳；
他们懂得及时恰当的回应，肯定孩子的闪光点，使孩子内心得到极大的鼓舞，从而充满了力量。
教练式的父母是孩子永远的支持者、陪伴者，协助孩子达成他自己的生命目标。

亲子关系，也需要用心经营，这样才能使爱能够流动。我相信，这样的亲子关系会使我们在与孩子同行的成长之路上，彼此的生命都得到更多的滋养，获得更多的喜悦。

要成为一个有效的教练式的父母，我们首先要学习做自己的人生教练！所以，为人父母的第一个功课不是教育孩子，而是父母自身的心灵成长。



吴幸宜

本书作者之一，来自中国台湾，育有一女。现供职于中国百胜餐饮集团。已为台湾远流出版社翻译了《生活悠游术》、《欢笑者生存》、《男女亲密对话》等多本励志类、大众心理学类图书。

吴幸宜

孩子是无价的宝藏

我 喜欢在孩子身上发现种种惊奇，那是无价的宝藏。

法国文学家安德烈·纪德说：“我们身上最美的，就是还没有定型的部分。”本书里的一个个孩子，正是这样天真未凿地向我们揭示生命无穷的可能性——那还没有被定型和束缚的部分。我们看到孩子们像初升的星星，以不倦的热情发光发亮，可爱的、活泼的、原创的，挥洒种种令人想像不到的惊奇，为我们的生活带来欢笑，带来不一样的刺激和活力。

孩子们经常天外飞来一句妙语，逗得我们哈哈大笑；有时候我们设想这样或那样，孩子却以迥异的智慧挑战我们的思维；而当孩子用大胆的色彩和线条画画，让成人的世界相形失色，我们拍案叫绝，为那神奇的小脑袋感到着迷。书里的这些故事，让我想起圣·埃克苏佩里写的小王子，他可以在简单的曲线里看到一条巨蟒在消化着一头大象，而大人们则只是千篇一律地回答：“一顶帽子有什么可怕的？”

然而生命是开放的，无价的宝藏辐射出美好的感染力。父母因为和孩子的互动，而有机会发展更丰富的自我，探索未曾触及的领域。此书中的父母，有些人因面对孩子而发现自己的脆弱，或见到自己的坚强，向来刚强的爸爸可能变成温柔的王子，温柔的妈妈可能变得理性果断，父母的角色转换是一条探索和成长之路，自我在亲子关系中，折射出各种样貌，变得多元而丰富。有时我们也觉得困惑，或因必须跨出已有的行为模式而抗拒，但在一次次的跨越后，我们会惊讶于自己的弹性和潜力。

父母在自己身上发现种种惊奇，这也是无价的宝藏。

流动的梦

让爱流动

胡见素 本书主编 / 育有一女

我们很少有人能成就伟大的事业，但我们大家都能怀着伟大的爱心去做一些不起眼的小事。

——特瑞莎修女（诺贝尔和平奖获得者）

母亲伟大，父亲光荣。
从孕育到拥有、养育孩子
每一个母亲和父亲
都不是孤单的
他（她）和孩子一样
被家人亲友关注和爱护着
每一个母亲和父亲
由于孩子
可以使彼此陌生的父母找到共同的话题。
由于孩子
让身为父母感到培育新生命的辛劳和幸福。
其实
他们在随孩子一起成长，感悟生命
来
倾听源于我们身边母亲和父亲的心声
感同身受
爱的声音



孩

子是上帝给予我们的珍宝。因为他们的存在，使我们的人生变得更丰富，更深刻。面对孩子，身为父母，我们可以从他们身上学习“知道一切事物本源的意义”；此外，时刻提醒我们参与了生命的创造。孕育、抚养、给予孩子关爱和呵护，教育他们适应这个世界的生活法则，帮助他们发挥天性和潜力，是为人父母义不容辞的责任，也是值得追求的最美的一门艺术。

这是一本倡导“让爱流动”的书。或许也是国内从策划、内容到形式尚未出现过的一本书。

本书由4位父亲参与策划——胡见素(胡胡爸)、尹荣(音音爸)、倪骏(琳琳爸)、李平(木木爸)，其中1位父亲亲自插图，1位盼望成为父亲的准爸爸负责设计。有趣的是策划者的孩子都是女儿。女儿的诞生，使他们成为父亲、男人；对于角色转化和责任，他们都颇多感悟，是策划这本书的动因所在。

作为本书的主编，我希望这本不拘一格、以开放式组稿形式、汇聚了诸多父母共同参与完成的——叙述育儿心得、充满真情实感，读来有趣的书，其如爱(母爱、父爱)的倾诉者、倾听者、记录者，而能成为天下父母彼此分享爱的介质；同时也为即将为人父母者提供些许指引；还能是送给在父母爱的滋润下，具有爱的能力，终将长大成人的孩子们的一份爱的礼物。

此书每印刷、出版一册，作为策划人的我们就捐献一元给联合国儿童基金会，支持联合国儿童基金会的防治艾滋病项目，以帮助受艾滋病影响的中国儿童，从而遵循“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的古训，倡导并实践“让爱流动”——使父母和孩子在爱的感悟、激励下共同健康成长，推己及人。我想这才是策划、出版此书的真正意义所在。

流动的爱



尹荣 本书作者及插图作者 / 育有一女

前边啰 嗦几句

我 友性情中人，服膺老子“抱朴见素”之言，遂以见素为笔名，策划撰写一些文字，大抵于绚烂中发明平淡，在物事寻见人性。

自千金临世，见素笔端多流露亲情，并推己及人，以为天下父母人同此心，即着手策划本书，援请众多年轻父母参与。见素与我日常往还，皆喜品茗好读书，遂引为同道，恰我亦于2003年末膝下添一爱女，遂嘱我加盟本书，我自欣然承诺。

细思爱女降临迄今之各色形状，哑哑学语、蹒跚学步，深有会意。如我文中所述，人欲近神，非假智慧机巧揣测造化之玄妙可得也。若顺应天地化育，孕育生命且照拂教导并灌以真爱，辄虽凡人亦近神矣。

现代社会，物质充裕，技术发达，科学昌盛，吾辈无上代父母之辛苦，儿女亦得优渥之环境。然如何养育教导他们，俾身心健康，智商情商协调升高，为人父母者仍需探索把握，仔细思量。

若本书向众多初为父母者提供些镜鉴，或增添点点喜悦，于见素及参与本书的同仁，包括我在内，皆为莫大之鼓舞。

生育儿女仅为生物能力，照拂教导灌以真爱，俾不仅识得文字，更识得龙虫；不仅识得五色，更识得妍媸；不仅识得音符，更识得黄钟瓦釜，则超越众生，为人独具之精神能力也。假此精神能力，人方得以脱离动物接近神灵。

养育教导不仅为家庭之私事，亦关乎国家民族之未来。多年以后，儿女成人翻阅本书，虽已泛黄发枯，犹可自字里行间品味出父母之心血、之情愫、之挚爱，则不仅为肯定、为鼓舞，实乃探入生命之根本：宇宙继起之生命，依爱成长，依爱前行，依爱繁衍，复依爱相携。

应见素之托，我为本书勾勒插图若干，以增情趣。不敢言画龙点睛之效果自诩，惟期不致画蛇添足矣。读者宽容以为有趣，则幸甚！

被感动

张勇 / 本书装帧设计

严格地说，我还算不上一个准爸爸，因为到目前为止，还没有任何迹象表明我何时可以成为爸爸，所以只能算有当爸爸动机的已婚男士。

虽然年届三十，成家也已三年有余，可一直没有决定要不要当爸爸，有段时间甚至想“丁克”了，究其原因，是心理上没有做好准备，怕承担不了为人父母的责任，身处这么复杂又充满竞争的社会，自己状态也不是非常稳定，完全没有把握以后自己的小孩会成什么样子，与其有可能生个小孩以后变坏，还不如不生。

周围的朋友们一个个都升级了，每次聚在一起，话题从“最近工作怎样”、“去哪里玩”渐渐地换成了“我们家宝宝如何如何”，看着他们抱着个啥都听不懂的小屁孩，像真的一样不停地逗他们说话，还一个比一个幸福的样子，我忍不住跟老婆商量：“要不，咱也要一个？”

胡兄给我这个机会，让我为这本书做设计，我有机会看到那么多年轻父母由心而发，有感而发的充满亲情、充满爱的文字，让我感动，给我震撼。虽然字里行间不乏养育孩子的艰辛和苦恼，但更多的是爱的流露，读完只有满心满眼的温情。

有了自己的孩子，才能完整自己的人生，才能更真切地感知自己的父母对自己的养育之恩。这些文字也教会我以后如何正确地教育自己的孩子。

我决定加倍努力，早日加入他们的行列。

张勇



读者反馈表



让爱流动——感受爱、分享爱，实践爱贯穿这本书的始终。也是我们策划此书的初衷。

正如诺贝尔和平奖获得者特瑞莎修女所说的一样：“我们很少有人能成就伟大的事业，但我们大家都能怀着伟大的爱心去做一些不起眼的小事。”其实，每个平凡的人心中都蕴涵伟大的爱的力量。我们不要忽视她。

爱是宝藏也是财富，她与一切功利无关；她温润、丰沛人类的心灵。我们希冀通过倡导“让爱流动”，能与更多的父母朋友探讨“爱”是什么？

各位读者，当您读完此书，一定有不同的感受，我们殷切希望您和我们以及其他的读者分享。我们希望这本小书像个朋友，与您相识同时期待更多的父母朋友来参与并且分享“让爱流动”的心得……

让爱流动
勤学楼

目录

推荐序

前言

001 因为爱

- 002 宝宝，妈妈天天盼着你呀！
—— 一个大龄准妈妈的孕育心得
- 006 我和孩子一起度过危险孕期
- 010 回味这一生惟一有过的育儿经历

012 初为人父

- 013 准爸爸感言：让你温暖我的苍凉
- 014 木木，记住你妈妈为你的付出
- 016 《新喜》——女儿“百日龄”有感
- 017 爱女小札
- 022 让孩子有属于自己的人生

024 做母亲是一个过程

- 025 怀孕——秋日遐思
- 027 没有比当妈妈喂哺更幸福的事了
—— 一岁喂哺记
- 029 养儿才知父母恩
- 030 跟儿子过招！
- 031 今天我们怎么做妈妈？
- 033 感受妈妈的感受