

走进市民学堂③

TOWARDS A
LEARNING CITY

叶 皓 主编



凤凰出版传媒集团
江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

走进市民学堂

TOWARDS A
LEARNING CITY

王 德 明 著



中国城市学习网
CHINA LEARNING CITY

走进市民学堂 ③



叶 皓 主编

凤凰出版传媒集团



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

走进市民学堂③/叶皓主编. —南京:江苏文艺出版社,
2006.8

ISBN 7-5399-2449-7

I. 市... II. 叶... III. 社会科学-文集
IV. C53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第 100120 号

- 书 名 走进市民学堂③
主 编 叶 皓
责任编辑 王昕宁
责任校对 孙 慧
责任监制 卞宁坚 江伟明
出版发行 凤凰出版传媒集团
江苏文艺出版社
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
照 排 南京凯建图文制作有限公司
印 刷 南京通达彩印有限公司
经 销 江苏省新华书店
开 本 880×1240 毫米 1/32
字 数 120 千
印 张 5.5
版 次 2006 年 8 月第 1 版, 2006 年 8 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 7-5399-2449-7/1·2322
定 价 15.00 元

江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换

《走进市民学堂③》编委会

主 任 叶 皓

副 主 任 朱献国 何亦农 叶南客

编 委 叶 皓 朱献国 何亦农

叶南客 陈正奎 朱同芳

马正华 徐朝春 严建强

陆 宁

执行编辑 诸 敏 张海毅

• 目 录 •

1 /	告诉世界,我能行!	卢 勤
18 /	让和谐和幸福充满家庭	金一虹
33 /	吃出您的健康来	李 群
46 /	老南京的风土人情	陶思炎
62 /	寻访梅花山的故事	贺云翱
74 /	话说聊斋:神鬼狐妖的世界	马瑞芳
85 /	走进音乐的世界	周海宏
99 /	让信息化走进你的生活	丁秋林
110 /	解读高考招生政策	霍宝柱
123 /	另类英雄李云龙	徐放鸣
136 /	让创新助你成就美好人生	梁作民
147 /	老子与百姓生活	姚淦铭
159 /	培养孩子良好的行为习惯	孙云晓





告诉世界,我能行!

卢 勤

卢勤:中国少年儿童新闻出版总社副总编、中国家庭教育学会常务理事、中国关心下一代工作委员会专家委员会委员、全国“更新家庭教育观念报告团”成员。曾获中国新闻工作者最高奖“韬奋新闻奖”、“中国内藤国际育儿奖”,并获“中国保护未成年人杰出公民”、“全国优秀少年儿童工作者”、“全国三八红旗手”称号。她所著的《写给年轻妈妈》、《做人与做事》获“五个一工程奖”,《写给世纪父母》获“中国图书奖”。她长期主持《中国少年报》“知心姐姐”栏目,被广大少年儿童及其父母称为“知心姐姐”。

怎样才能造就“我能行”的孩子?今天我主要讲三个问题。

孩子成长的四大缺失

如果我问你,今天的孩子缺什么,你一定会告诉我:缺钙,缺钱,缺时间。这些缺失都是存在的,而我这里说的缺失是孩子心灵成长的缺失。我认为今天的孩子有四大缺失:

◎缺失之一:童年快乐的缺失

我前年到非洲去的时候和非洲孩子照相,他们除了牙齿是白的,其他都长得特别黑,其实我们并不相识,但是他们抱着你腰,搂着你脖子,特别兴奋!每个孩子脸上都是无比灿烂的微笑。在一刹



那间我突然想起在中国和孩子们照相的时候，一定有一位老师喊“茄子”，他们才笑。现在不喊“茄子”了，喊“田七”，如果没人喊，肯定有人不笑。笑本来是孩子的天性，他们为什么不笑呢？原因很多，课业负担太重，没有自己的时间，但更重要的，我认为有两点：

第一，孩子缺少空间。我曾问过一个孩子，你有爸爸、妈妈、爷爷、奶奶、姥姥、姥爷，六个大人爱你一个人，你多幸福呀！他说，你不是孩子不知道，我累着呢，每天六个大人十二只眼睛瞪着我，烦着呢！是啊，一个人被人盯着，吃得再好，穿得再高档，他都不觉得幸福和快乐。有位妇联主席，她很困惑地跟我说：我儿子上初中，一进门就把自己关在房子里，房门外面挂着写有“请勿打扰，谢谢合作！”的牌儿，我看着牌儿就动气。我说，你是不是打扰多了点？她说：“是！一看他不在学习我就找去！”我到上海跟江宁小学的学生座谈，我问他们：“你们心中的小康社会是什么样的？”孩子们的回答让我哭笑不得。一个孩子说：“我希望将来自个儿有个大房子，大房子门很小，只有我一个人能钻进去，爸爸妈妈钻不进去。他们一天到晚跟着我太烦了。”有一个孩子说：“我一定要发明一种药，让我妈妈吃进去光说好话不说坏话。她老说我不好。”还有一个孩子说：“我将来买了床不搁在家里，我绑在树上，省得一天到晚他们唠叨我。”还有一个孩子说：“我将来一定要学会隐身术，专门到爸爸妈妈房间里，看他们背后嘀咕我什么。怎么他们晚上老嘀咕我呀？”我当时真的觉得：在孩子的心中，好日子不是你有多大的房子、有多少钱，而是有一个宽松和谐的成长环境。所以我告诉大家什么是和谐：距离产生美，给自己留点空间，给孩子留点空间，尤其在家里，不要老盯着孩子不放。2005年“六一”节，胡锦涛总书记在全国少代会上给少年儿童提出希望：“勤奋学习，快乐生活，全面发展。”如果你的孩子不快乐，是否不符合国家需要呢？

第二，孩子远离了大自然。今天的孩子生活单调，从家门到校门，和大自然接触的时间非常少，所以孩子心里空空荡荡的。有位



老师给孩子留了一道作文题,叫《我做的一件好事》,结果全班 70% 的孩子写的是捡钱包,一共拣了三十七万,全是瞎编的!哪儿有那么多钱包可捡?可孩子们实在没什么好写的了。爸爸妈妈最爱给孩子买的书就是“优秀作文选”,于是天下文章一大抄!完全没有自己的感觉!所以今天的孩子需要借助大自然的力量来丰富头脑。大自然充满了无限生机,李白、杜甫的诗很多是在高山峻岭中写出来的。比如,“蜀道难,难于上青天!”非常符合事实。人的情感就是在大自然中培养的。如果你想让孩子有气势,一定要带他去登山,走到山顶才有“一览众山小”的气派;如果你想让孩子心胸宽阔,一定要带他到海边,看到大海,他的心胸一下子就打开了。这就是大自然在帮助你丰富孩子的经历,但是今天我们很多父母没心情带孩子出去,孩子的生活非常枯燥。有的爸爸妈妈倒愿意带孩子出去,但是人是去了,心没去,不在状态上。爸爸拿个手机不停地打,好像地球离了他就不转了;妈妈兜里搁了很多钱,见东西就买,把旅游变成了购物;一家人上哪儿都要拍照,爬上山还没有喘够气儿呢,就要拍照留念。所以人家说咱们的旅游是“上车就睡觉,下车就尿尿,到处去拍照,回家啥也不知道”!我们很多父母,不要以为你是某公司的老总,回到家,你就是孩子的父亲,你要进入父亲的状态,



这样孩子才能有家的感觉。所以我真的希望我们的孩子有和大自然交往的机会。那些优秀的孩子多数都是有丰富经历的孩子。现在很多在高层的精英,不是城市孩子,而是农村孩子,这些孩子一旦有机会上了大学,受了教育之后,就比城里孩子优秀。为什么?他的积淀雄厚。所以我们今天孩子要经历的事情多一点,头脑丰富,就不愁写不出东西来。

◎缺失之二:精神文化的缺失

如果一个孩子从小缺钙,长大就是罗圈腿;从小缺碘,将来就是大脖子;从小缺爱,长大就无情无义!从小缺少精神文化的滋养,长大就不能把握自己的命运!

2000年,浙江金华发生了一起震惊全国的事件,十七岁的中学生徐力用榔头打死了自己的母亲。事发七周之后,我去了金华,和徐力面对面地谈了一百分钟。我非常震撼,因为站在我面前的是一个个子高高的、脸庞白白净净、说话文文弱弱的男孩,如果不是他手上带着手铐,我怎么也想像不出他会把自己母亲打死。我问他,能对我说说妈妈的事情吗?他说:“可以。”他说,我们家有两居室,我有自己独立的房间,可是在家里我没有一点秘密,我的日记放在抽屉里妈妈可以随便翻看。妈妈对我的要求是考清华大学、北京大学至少也是浙江大学,可我虽然是重点学校重点班的学生,但却是这个班倒数第四名。妈妈一个同事的孩子是我们班前三名,每次考完试,妈妈总是拿我的成绩跟他比较,总是说:“你怎么那么笨呢?别人能考前三名你怎么考不到啊?你是猪脑子啊?”妈妈不让我看电视,不让我听广播,不让我看书看报,说考大学不考这个。最让我难过的是我爱打球、爱踢球,可是妈妈不让我出去运动。下午的自习和晚自习中间有一个半小时,本来学校是安排出去运动的,可妈妈让我在教室写作业。运动的时间到了,妈妈有时候就跑到学校去监视。等妈妈出现在高中校园的时候,同学们就嘲笑地说:“徐力

啊,你妈又来监视你了!”这使我感到无地自容……我认为,在徐力的案件中,不让他运动,是一个重要原因。一个青春期的男孩子,会有许多不良情绪发生,一旦没有出口发泄就会出事。每个人都会产生不良情绪,特别激动、特别气愤、特别痛苦,这时候身体中就会分泌出一种有毒的荷尔蒙,这种物质在身体中滞留时间一长,就会诱发癌症。人的免疫功能这时候常常迅速下降,很多疾病就会乘虚而入。所以要学会发泄。人不可能没有痛苦,但要学会把痛苦及早地发泄出去,最好的方法就是运动。出去走路,走出汗,再休息,这比闷头大睡效果好得多,尤其对孩子而言。

曾经有一个男孩跟我说,我爸经常揍我,揍得我一肚子气,我就出去踢球。我把这球看成我爸的脑袋,喊一句我爸的名字我踢一脚,特解恨,回家一看我爸也没怎么着。我说这招不错,既发泄了不良情绪又没有伤害别人。多好的运动啊,凭什么不让他去啊?家长一看孩子玩儿,眉头就皱起来了,其实这是错的。尤其那些淘气孩子,一定要让他有运动的场所。在呼喊中、奔跑中把不良情绪发泄出去。徐力事件在电视上播报后,有许多孩子就说,自己的妈妈怎么这么像徐力的妈妈呀,更有孩子悄悄对我说:“哪里有压迫哪里就有反抗,不在沉默中爆发就在沉默中灭亡。”我当时听得毛骨悚然,因为我也是一位母亲。我忽然觉得心里刮起了一场沙尘暴。沙尘暴让多少人知道环境恶劣会对我们的健康造成伤害,但人们没有意识到一场心灵的沙尘暴正威胁着我们千千万万幸福的家庭。今天,孩子的成长环境已经呈现出了“三大三小”:生活的空间越来越大,成长的空间越来越小;住房的空间越来越大,心灵的空间越来越小;外面的压力越来越大,内在的动力越来越小。因此,要想改变孩子,父母必须改变自己。孩子虽然是你生的、养的,但却不是你的附属品;孩子生出来不是做题而是做人;孩子需要有自己的世界,需要一种精神上的关爱,需要内心世界的充实。所以当你买书给孩子的时候不要只是买那些学习辅导书,买一点能震撼心灵的



书,让孩子知道怎样做人、怎样做事。

◎缺失之三:亲情沟通的缺失

今天爸爸妈妈和孩子之间的尖锐矛盾主要是缺少沟通。父母的世界和小孩的世界相差甚远。对孩子来说,父母是个不知道的世界,而对父母来说,孩子也是个不知道的世界。有位妈妈认为,自己上初中的女儿爱吃爱喝爱打扮,就是不爱学习。于是狠了狠心,买了两张《白毛女》芭蕾舞剧票,每张四百元,陪着女儿去看。看完问女儿,你受到了什么教育呀?女儿想都没想就说,我看呀,喜儿的悲剧全是她爸杨白劳给逼的,借债还钱是天经地义的事,杨白劳借了黄世仁的钱干嘛不还?女儿被逼着去抵债也是应该的。再说了,喜儿也够傻,黄世仁那么有钱嫁给他算了,干吗自己跑到深山里去当白毛女!她妈听了真困惑,说,我小时候看《白毛女》这个电影的时候流了那么多眼泪,那么痛恨黄世仁,那么同情喜儿和杨白劳,如今我的女儿却替黄世仁说话。我对她说,一个人要了解一段历史需要两个条件,或者亲身经历或者学好历史。你的女儿一样也没有,她怎么能理解白毛女?



还有一位妈妈带着她上幼儿园的孩子到吉林市去，吉林市广场上有一尊挥着手的毛主席像。妈妈问女儿，你认识这位爷爷吗？你知道他在干什么吗？孩子说，我认识，他就是毛主席，毛主席正在“打的”呢。她说，明明是“毛主席挥手我前进”，毛主席那会儿有“的”吗？我说，是啊，你经历过文化大革命，你看到那尊毛主席像就知道：“毛主席是红司令，我是红小兵。毛主席挥手我前进。”你的孩子懂什么叫“文化大革命”吗？甭说你孩子了，现在不少大学生都不知道什么叫“文化大革命”呢！我们很多做过知青的父母特别怕孩子忘本，带孩子去知青餐馆吃大饼子，跟孩子说，你爸插队的时候天天吃这个。孩子说难怪你愿意去呢，大饼子真好吃！时代差距摆在那儿，因此千万别跟孩子说“想当年”，他们最不爱听了。如果你带着孩子去上一天班，让孩子看看你干了什么，怎么投入的，孩子自然会佩服你。要不然你说什么他都不会听。

同样，孩子的世界你也不了解。童话大王郑渊洁说了一件事，他儿子上小学不会写作文，家里小保姆替儿子写了一篇，老师给了一百分，他也给儿子写过一篇，老师给不及格。他于是把孩子拉回家，编了课本自己教育。这孩子教育得不错，功课没落下，就是人际关系有问题。他没有同学，好不容易交了个女性朋友，有一天女朋友问他 F4 是谁，他不知道，回去问他爸，也不知道。他们一起查字典，认为 F4 就是美国轰炸机。然后他对女朋友说，F4 就是美国轰炸机。女朋友说，拜拜吧，我奶奶都知道 F4 是谁，你简直是个外星人！

在孩子眼中，爸爸妈妈都是外星人，说什么都不知道。所以现在孩子很不礼貌地把我们称做是“蛋白质”：傻蛋、白痴、神经质。所以你要懂一点孩子的世界，孩子在网上都做些什么，他们说的流行语言你得知道一点，什么都不知道，孩子就觉得跟你说没劲。现在的孩子由于吃得太好，营养过剩，过早地进入了青春期。青春期的最大的特征是专门跟大人“较劲”。而父母虽然还年轻，由于压力太



大,过早进入更年期。更年期最大特征是专门跟孩子“较劲”,我让你干你得干,你不干我跟你急。青春期遇上更年期,所以家庭矛盾在加剧。怎么办?只有两个字:沟通。

沟通要善于表达,注意方式方法。三句话:第一情绪激烈的时候,忍住不说,那时候说出来没有好话;第二想好了再说;第三好话好说。不要想怎么说就怎么说,那是过去的年代,现在一定要看对象,见什么人说什么话。见老年人说老年人的话,见孩子说孩子说的话,要考虑别人的感受。所以,有的孩子问我怎么跟父母沟通,我跟他说,当你握着拳头走近你的父母,父母也自然地会把拳头握起来对着你。当你伸开双臂走向父母,父母就会伸开双臂跟你拥抱。关键还是父母怎么跟孩子沟通,要学会倾听。一个人长了两只耳朵一张嘴,要多听少说,听孩子说比说孩子重要得多。有位妈妈老说孩子,有一天她声带上长了个结节说不出话了。就在那天中午,儿子受了老师冤枉回来大哭,一边哭一边骂老师:“我再也不上学了,这老师太坏了!”他妈妈张了几次嘴没说出声,就瞪着眼睛看着孩子。孩子看着妈妈听得那么认真,今天什么都没说,就说得更有劲了。孩子说了一大串,突然站起来说:“妈妈,谢谢你,我好了,我上学去了。”他妈说,我要是能说话我早说了,我不能让他说这么多难听的话,可没有想到没说反而效果更好。其实你去欣赏孩子,他会把最优秀的一面表现给你看。你老是指责他,他就会把罪恶的一面表现给你看。所以做父母的要多倾听,向孩子学习,孩子就会把你当做真正的朋友。

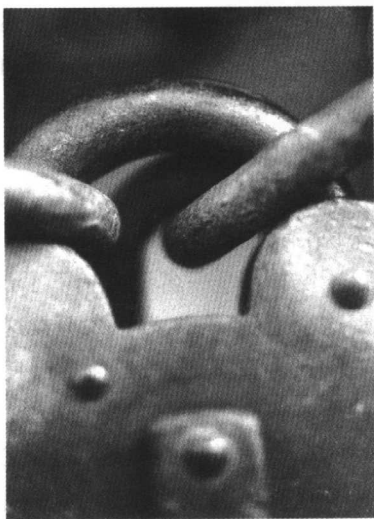
亲情沟通最重要的是不要放弃孩子。当你的孩子在青春期非常逆反的时候,当孩子离家出走的时候,当孩子迷恋网吧不回来的时候,这时孩子最需要什么?需要你对他的信任,永不放弃。我正在帮一个问题孩子写一本书,这孩子的父亲是一个教育局长,曾经下去挂职八年,这期间儿子成了问题孩子,离家出走多次,还抽烟喝酒,但他为什么能回头?他跟我说,他爸爸说了:“局长不当我也要

把儿子找回来！”他爸爸没有因为自己的面子而放弃他，孩子被深深震撼。他妈妈为了找他，找了四百多个跟他有关系的电话，每次离家出走，他妈妈都能准时准点地把他找回来。后来这个孩子写了一本书《出走》，即将出版，大家可以看看孩子为什么会离开，怎样才能回来。

◎缺失之四：成就感的缺失

今天的孩子为什么离家出走，为什么迷恋网络，为什么会出现那么多问题，因为他们没有成就感，感觉自己在学习生活中永远是个失败者。孩子说，爸爸妈妈总是拿自己同别的孩子进行比较，别的孩子都是金子，自己的孩子就是沙子；别的孩子都是天才，自己的孩子就是蠢材。老是瞧不起自己的孩子。现在说全世界中国的孩子最努力，学习最刻苦，成绩最好，但中国的父母对孩子的满意度最差。我的一位朋友的孩子在美国读书，说美国学校有中国孩子和美国孩子同时在操场上打球。中国孩子十个球进了九个，中国妈妈不满意地说：那个球怎么没进呢？这就是不努力！而美国的孩子十个球进了一个，美国妈妈却鼓起掌来。中国孩子说，你们家孩子那么差你还给他鼓掌？美国妈妈特纳闷，那怎么啦？进一个就比没进强！最后的结果是：进了一个球的美国孩子获得成就感最强，进了九个球的中国孩子却充满自卑！我们中国父母不为孩子得到的而欣慰，总是为得不到的而遗憾，孩子们哪有成就感？！

有个女孩说，我妈天天唠叨说：“你怎么不是‘哈佛女孩’啊？”



有一天我火了,我对我妈说:“我还希望我妈是吴仪呢!你怎么不是吴仪啊?!”我妈说了:“我哪儿当得上副总理啊?”那女孩说:“那你以为谁都能当‘哈佛女孩’的呀?”其实道理是一样的。人比人气死人,比来比去最伤孩子的自尊。孩子需要成就感,而孩子的优点往往不是不存在,而是看不到,孩子因为没有得到你的肯定而充满了自卑。歌星是怎么成长起来的?歌星是观众们捧起来的,谁给我们的孩子鼓掌喝彩了?说孩子哪点做得好他就一直做得好,你说哪点不好他就一直做不好,这就是孩子的心理,我们做父母的要掌握孩子这种心理,要学会为孩子每一点的成功而喝彩,成为欣赏孩子的最好观众。

给父母的六条忠告

◎第一条:成人比成功重要

前不久,我作为韬奋奖的获得者参加了全国优秀新闻工作者表彰大会,与白岩松一起到中国传媒大学与一年级学生面对面交流。有个大学生问我们对下面这件事怎么看:有个记者发现有个井盖被偷了,他就拿着照相机偷偷地躲在旁边,看谁掉下去就拍下来,果然有个骑自行车的掉下去了,他就拍下来了。我说这是一位缺德的记者,记者的第一个要素就是做人,接下来才是做事。眼看着人民财产受到威胁还想着自己拍张照片,这是没有道德的。白岩松说,有一张照片震撼世界:一只老鹰正在追逐一个孩子,结果把孩子吃掉了。一名记者拍下了这张照片,获得了国际大奖。有人谴责这个记者说,你为什么不救这个孩子,他说我救了没救下来。后来没人再谴责他了,但他自己良心上受到谴责,最后自焚而死。这就是道德的力量。所以康德说,最有力量的是什么?是我们头上灿烂的星空和道德的力量。作为父母最重要的是培养孩子好好做人,孩子只有学会做人,将来才能成事。

◎第二条：成长比成绩重要

有个小和尚去打油，庙里的厨师告诉他，别把油洒了，不然我揍你！小和尚去打油了，打了油就开始紧张，“千万别洒了，千万别洒了”，结果手不停地抖，油不住地洒，好容易到了庙门口，地上有个小坑，脚一绊，身子一踉跄，油就洒了一半。厨师大怒，我告诉你别洒了别洒了，你还是把油洒了，真是没用的东西。小和尚哭了，老和尚听到了，他就对小和尚说，我再让你去打一次油，这次主要让你看看外面的风光有多好。小和尚说，我可不是打油的料，我盯着油瓶还洒一半呢，我再看看风光，油还不洒光了？老和尚说，没事儿，油洒了都没事，主要是看看外面有什么就行了。小和尚又去打油了，打了油就开始看风光。哇！树都绿了，花都开了，小朋友在玩耍，老人在下棋，远处农民在耕种，风光可真美！哼着小调走进了庙门，往手里的油瓶一看，瓶里的油一点儿没洒。什么原因呢？因为心态决定成败，老和尚关注的是小和尚的见识，小和尚的心态变了。现在很可惜的是，我们很多父母的心态就像厨师一样。老是冲着孩子喊：要考好，考不好我揍你！结果孩子一紧张，真的没考好。有的父母很坦率地对孩子说：“你要是多考一分，就给咱家省下了三五万块钱。”孩子就说：“自从我上了学，我爸爸就成了挣钱的机器，我就成了挣分的机器。我们家没了快乐，变成了战场。”我们的家长现在急于求成，老希望孩子得第一，哪儿那么多第一呢？当你在关注结果的时候，你就会把握不了过程。过程比结果重要，孩子的成长比成绩重要，输得起赢得起的孩子才是最后的赢家。

◎第三条：经历比名次重要

今天的爸爸妈妈经常说，你什么都不要干，只要把第一给我考来就行了。大错特错！没有经历哪有经验？人的本事是在经历中练成的，在体验中增长的，什么都不让孩子干，孩子就变得非常无能。

