

张乐群 ◎著

一位博士生的成长日记

一个普通家庭的成功教育经验

一篇实践陶行知教育思想的总结

一本父母子女可一起阅读的家教故事书



“一半的教育” 在家庭

一位博士生的成长日记

一个普通家庭的成功教育经验

一篇实践陶行知教育思想的总结

一本父母子女可一起阅读的家教故事书

“一半的教育” 在家庭

张乐群 著



南方日报出版社
NANFANG DAILY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

“一半的教育”在家庭 / 张乐群著. — 广州: 南方日报出版社, 2014. 12

ISBN 978-7-5491-1195-4

I. ①一… II. ①张… III. ①儿童教育—家庭教育IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 261833 号

“一半的教育”在家庭

著 者: 张乐群

出版发行: 南方日报出版社

地 址: 广州市广州大道中 289 号

电 话: (020) 87373998-8502

责任编辑: 刘志一 黎 衡

责任技编: 王 兰

责任校对: 阮昌汉

经 销: 全国新华书店

印 刷: 广州市怡升印刷有限公司

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 13.25

字 数: 320 千字

版 次: 2014 年 12 月第 1 版

印 次: 2014 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 30.00 元

投稿热线: (020) 87373998-8503 读者热线: (020) 87373998-8502

网址: <http://www.nanfangdaily.com.cn/press> <http://www.southcn.com/ebook>

发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

序 一

《“一半的教育”在家庭》一书，记录的是一个在主流价值观指导下成功的家庭教育典范。

作者张乐群先生是一位教育工作者。他始终保持平和的心态，坚持以儿童为本，尊重子女的年龄特征和个性特征，循序渐进，因材施教，促使他们身心和谐发展；他不包办，不强制，创造宽松的成长环境，坚持循循善诱，使子女的个性和才能得到充分的发展。他不仅为子女的今天负责，而且更为子女的明天负责；不仅着眼于子女眼前的发展，而且还着眼于子女长远的发展，体现了可持续发展观，使子女都具有发展的后劲，实为难能可贵。

张老师教子成才的经验具有推广价值，值得广大家长学习、借鉴。

赵忠心

2012年6月26日于北京

（赵忠心：北京师范大学教授，中国家庭教育学会副会长，中国教育学会家庭教育专业委员会理事长，《中国家庭教育》杂志社主编。）



序 二

乐群是我的兄长，乳名是敬业，学名是乐群，曾自书对联“敬业乐业事业有成，乐群利群众群和谐”，横批是“敬业乐群”。人如其名，因时常琢磨一些问题，而广交学友，我是他的学友之一。

乐群研究的问题集中在教育上，又不像时下不少人为了写论文或出书功利地进行研究，而是对各种知识广泛涉猎。他以自己孩子的教育为具体案例，研究家庭教育问题，用女儿的成长日记，串起一个个家庭教育故事、一道道家庭教育问题，由此建立一个幸福家庭。

不妨沿着作者的思绪，寻珠觅玑地浏览一番：

女儿成年之际的父女通信，爱心、孝心、自信心和感恩心，心心相印；
从“以分为本”转向“以人为本”，为了孩子一生幸福而教育；
宁要一个“次品”，也不要“废品”和“危险品”，拒绝要分不要命；
即使分数少一点，只要品德好、能力强、身体好，照样能工作好、挣钱多、生活幸福；

少一点功利心，多一些平常心，孩子偶尔一次考差了，父母不要大惊小怪，更不能大打出手；

父母应该无条件地爱孩子，这对自己和孩子都是非常非常重要的；

好学是传染的，首要的也是最重要的一条就是以身作则，就是榜样示范，就是“身教重于言教”；

真正的爱是没有条件的，哪怕现在孩子是最差的，我们也要充分地理解他、相信他、鼓励他、帮助他，让他慢慢地进步；

其实父母们知道的教育孩子的道理差不了多少，成功的家长知“道”并做到



了，失败的家长是知“道”而没有做到，或者是很少做到；

教育需要表扬和鼓励，但也要有必要的批评和惩罚，关键是批评和惩罚的方式方法要适当，要考虑孩子的承受能力及效果；

尊重孩子，民主平等，耐心、虚心听孩子的意见，了解孩子的需要，克服家长制作风，有了不妥之处，也能做自我批评，把教育民主的作风带到家中，处理好两代人的关系，一定能教育好自己的儿女；

应该把“孝”作为教育孩子的起点和根本，这种爱心和孝心发扬光大，就能培养出热爱老师、热爱亲友、热爱家乡、热爱祖国的深厚情感；

要用积极的心态发现孩子的优点和进步、美德和优势，引领孩子积极向上的成长力量，让孩子发现自己的优势和潜能，使孩子用自己的优势和美德，建立自尊和自信；

教育孩子的前提是了解、理解、信任、尊重孩子，不了解青少年的教育是盲目的教育，不相信青少年的教育是错误的教育，不尊重青少年的教育是专制的教育。

每一段平常的话，都是父母需要努力攀登的一个台阶。

“过什么生活便是受什么教育”，这是陶行知生活教育理论的一条基本原理，作者从中体悟到“在家庭中，生活无小事，事事是教育”。有人问作者，你是怎样教育女儿的？他的回答可以说对所有普通家庭都适用：“因为我无钱、无权又无能，只好让孩子自立、自学了。”他奉劝家长们应狠下心来开展磨难教育、吃苦教育、挫折教育，磨砺孩子的坚强意志，提高孩子的耐挫能力，才能追求成功、幸福的人生。他意识到没有文化的岳母是全家学习的榜样，是最宝贵的教育资源，女儿在姥姥家的生活，培养了女儿的爱心和孝心，这比学知识更重要。

作者对孩子的教育基本上是顺其自然地在日常生活中进行的，很少检查女儿的作业，没有刻意地要求女儿必须考多少分，必须考上什么好学校，女儿爱看电视又管得不严，她的学习成绩一直不好，小学毕业两次参加升学考试，都没有考入重点中学。就是在这种基本无压力的自由、宽松的生活环境中，她的智力得到较好的发展，身心健康成长，个性自由地发展，为后来的可持续发展打下坚实的基础。作者主张“不言之教”“身教之教”，创造好的教育环境和生活环境，顺其自然，充分发挥孩子的自主性、主体性作用，让孩子“自化”“自朴”，自己教育自己，只有这样的教育才是真正的教育，才有助于孩子成才。

这些应对和理念值得时下为孩子教育惊慌失措的家长们参考。

常人觉得唯有杰出、顶尖的人才才有教育经验可写，而这本书写的是两个学习



成绩一般的孩子通过适当的家庭教育铸就幸福生活的案例，既有理论的高度，又结合家庭生活实际，提炼出家庭要塑造孩子美好人性、培养孩子美好人格、为孩子一生幸福而教育的理念，对一般的家庭更具有参考价值。

这是一本生活的写真，却又不是一般生活的流水账，父女二人骨感的生活渗透出刚性的哲理。由于作者将陶行知教育思想贯穿于整个教育过程，使它具有生动性、可读性和实践性的同时，又包含着不少几乎没有包装的教育真谛，虽一眼看到时显得有些粗朴，但结合人生经历细细品味，就会发现原本真是如此，读之能丰富家长的理论涵养。

当下的教育正在“乐此不疲”地消灭孩子的童趣，同时消灭着他们的质疑能力、想象力和创造性。孩子们从小到大好辛苦：先被学校灌输课本知识，后被灌输社会规则，继之补习潜规则，待差不多明白了，已是生命尾声。

教育本没有那么复杂。把你有兴趣的事情尽着才能做好，把你喜爱的人儿尽着力气爱好，把你想学的内容尽兴地学好。希望天下父母从读乐群的这本书开始，尽快明白过来，免得自己的孩子大了才明白，那就太迟了。

储朝晖

2011年6月28日

（储朝晖：教育学博士，中国教育科学研究院研究员，中国陶行知研究会副秘书长，《教育史研究》副主编。）

序 三

我和乐群是世交，我和他父亲解放前同过学，解放后同过事。

乐群是个进取心很强的人。他当过知青，在农村中小学任过教，后来一直从事中师、高师和高职的教学、教研工作。他热爱教育理论，40多岁了，又考入安徽教育学院教育管理系学习，毕业后回校教教育理论课，兼做学报编辑。当时我也在省教育学院搞学报工作，乐群常来合肥和我讨论、学习编辑工作。

乐群非常敬仰陶行知先生，热心陶研，常在《行知研究》等刊物上发陶研文章。他参与编印了我写的《陶行知发明创造论集》一书，参编了《学陶师陶一百题》一书。由于表现突出，他获得了安徽省学陶师陶先进个人一等奖，并被选为省陶研会常务理事。前不久，他编著出版了《中小学校长教育与管理思想研究》一书，这是一本有创新意义的书，介绍了陶行知教育思想，特别是陶行知的创造教育思想，是一本继中国陶行知研究会支持的、安徽省教育厅原副厅长王世杰主编的《陶行知创造思想》后，我看到的又一本宣传陶行知教育思想、力倡教育改革的好书。

乐群在省教育学院毕业那年，他女儿也考入了省教育学院教育管理系。父女同校同系，在我院传为佳话。他女儿的上进心也很强，一进校就准备考研，执着地自学教育理论，同时请教有关老师，也曾向我征求意见。经过拼搏，她终于成为教育管理系第一个考取硕士研究生的人，未拿到本科毕业文凭就走了，这又一次在省教育学院引起惊奇。后来我才知道，她在华南师大毕业后，又考取了华东师大的博士研究生。

乐群在做好教学、科研、学报编辑工作的同时，针对应试教育的问题，在家庭中力行素质教育，以自己的儿女为对象进行研究，多有心得，儿女都成人、成才。乐群常在阜阳市各区县、各中小学及幼儿园向家长和老师介绍经验，2001年



荣获安徽省妇联、关工委、教育厅、卫生厅“家庭教育园丁”称号。在不断总结经验的基础上，他和女儿合作写出了这部《“一半的教育”在家庭》。我觉得本书有以下几个特点：

一、以《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》为指导思想，以陶行知教育思想为指导理论，认真研究、实践家庭素质教育。每个篇章前和许多文章中都引用了陶行知先生的名言，并融合以孔子为代表的优秀传统教育思想及当代教育名人的教育思想，参考了联合国教科文组织关于教育的新要求，中国台湾、美国有关素质教育的信息，大陆素质教育的经验，列举了一些失败的家庭教育事例，启发家长认识到素质教育的重要性，内容全面，值得家长一读。

通过观察、思考、对比研究，乐群认为，应试教育是片面的教育，素质教育是全面的教育；应试教育是“以分为本”的教育，素质教育是“以人为本”的教育；应试教育是只顾眼前的考试和升学的教育，素质教育是打好基础、挖掘潜能、面向未来的教育；应试教育是不利于孩子可持续发展的教育，素质教育是着眼于孩子可持续发展的科学教育；应试教育是急功近利的教育，素质教育是塑造孩子美好人性、培养孩子美好人格、为了孩子一生幸福的教育。这样的概括很全面，较准确，体现了家庭素质教育的创新。

二、突出“爱”的情感教育。孔子说“仁者爱人”，陶行知提出“爱满天下”。乐群在家庭素质教育中，从爱心和孝心入手，培养孩子孝敬父母、热爱老师、热爱亲友、热爱家乡、热爱祖国的情感，效果很好，值得学习。

乐群借用歌词“爱我你就夸夸我”，来理解孙云晓同志说的“教育的秘诀是真爱”，很有新意。父母真爱孩子，就要多鼓励，多表扬，少批评。他女儿的语文考了49分，他没有责骂，只是帮女儿总结经验教训。女儿小学毕业两次没考上重点中学，他也没有过多批评，这令女儿既感动，又难过。后来女儿发愤学习，终于读到博士毕业。他的爱的教育是成功的。

三、乐群努力实践陶行知生活教育思想，成功地对孩子进行了生活教育。陶先生说，生活即教育，给生活以教育，以生活为中心，教育与生活相结合。在家庭生活中随时随地引导孩子向善向上，是教育孩子的重要途径。乐群曾三次送女儿到岳母家生活。他岳母虽然没有文化，但身上表现出许多优秀母亲所具有的勤劳节俭、朴实诚信、吃苦耐劳、默默奉献、无怨无悔、忍辱负重、善良宽厚等优良品德，对孩子的影响很大。他女儿在日记里写道：“姥姥是个好榜样。”

四、乐群把德育放在第一位，符合中央“以人为本，以德为先”的教育要



求。陶行知说，道德是做人的根本。那些没有道德的人，学问和本领愈大，就能为非作恶愈大。家庭重视德育可以弥补学校轻德育的不足，素质教育应该以德育为根本。可是我们的教育在某些方面仍然停留在传授知识上，忽视培养孩子的道德判断和选择能力。2008年全国发生了三起大、中、小学生杀师的恶性事件，这是忽视德育的严重后果。

乐群很重视对孩子进行感恩教育，它是德育的一项重要任务。感恩教育使人知恩图报，热爱生活，热爱生命。人人知感恩，家家都和谐，社会就稳定。

五、重视民主教育和创造教育是乐群家庭素质教育的一大亮点。陶行知是中国创造教育的开拓者。陶行知说：“创造力最能发挥的条件是民主。”当前，国际竞争日趋激烈，竞争的实质是科学技术（包括发明创造）和民族素质的竞争。乐群重视民主教育，大力提倡“六大解放”，培养孩子的想象能力、创造能力。民主教育要求教育要尊重儿童的兴趣、爱好、个性和人格，要以平等、博爱、宽容、友善、引导的心态对待儿童，形成有利于创造的环境，特别是不要扼杀孩子的兴趣。乐群在这些方面做得很好，孩子感兴趣的有益活动他都支持。他女儿春游时，看到一个小桥连着岸边和湖中的小岛，产生了“何时在大陆和台湾之间架一座桥”的联想，说明她的问题意识、创造性思维和创造性想象能力较强。

乐群很重视心理健康教育，特别重视提高孩子的耐挫能力。现在的年轻人耐挫能力越来越差，遇到挫折态度消极，出现了严重的心理疾病，有的自哀、自怨、自恨、自责，有的甚至自残、自杀。父母和孩子要树立辩证的思想对待挫折，积极培养耐挫能力。

六、乐群很注意智力和能力的培养，认为发展智力比学习知识更重要。中共中央和国务院的决定指出，人才资源能力建设是人才培养的核心，在提高全民思想道德素质、科学文化素质和健康素质的基础上，重点培养人的学习能力、实践能力、创新能力。可是应试教育误导多数家长重知识学习、轻智力和能力的发展。乐群的女儿用9年时间读完了一般人10年读完的课程，可见其学习能力很强。他儿子虽然只有大专文凭，但生活能力、工作能力、交往能力都较强，工作顺利，家庭和谐，生活幸福。

七、此书书名新颖，内容实际，生动感人，父女合作，有日记、有点评、有故事，介绍了家庭素质教育的成功经验，我相信会得到社会的认可、家长的欢迎。我爱人很喜欢读这本书。

祝贺乐群凭借自己的聪明才智，掌握了丰富的教育理论和大量的教育信息，坚持不懈地实践、研究，培养儿女成人、成才，为社会、国家做出了贡献。



“一半的教育”
在家庭

祝贺乐群在“立德、立功、立言”方面取得成功。
希望这本书能广为流传，取得更大的社会效益！

吴一德

2012年3月24日 时年八十七岁

（吴一德：安徽省陶行知研究专家，《安徽教育学院学报》原副主编、副编审。）

前言

《“一半的教育”在家庭》是一位博士生（我女儿）的成长日记及点评，一个普通家庭的教育故事，一篇成功实践陶行知教育思想的总结，一本两代人（我和孩子）合写的、可供两代人（家长和孩子）共同阅读的书。

一、我为什么写《“一半的教育”在家庭》

我的孩子，大的是女儿，华东师范大学教育学博士毕业，现在加拿大创立并发展了自己的公司。她品德好，学习好，能力强。小的是儿子，有个性，好活动，应试学习成绩不好，两次高考名落孙山。我认为不是因为他笨，而是因为他不适应当前的应试教育。虽然两次高考失败，但他后来到部队当了两年兵，由于品德好，能力强，当上了班长，复员后安排在我工作的单位搞保卫工作。他感到空闲而无发展前途，在我的鼓励、支持下，南下广东打工，搞了营销工作，现在是中国某大公司广东分公司的副总经理。很多人都说我的两个孩子很有出息，家庭教育很成功。

有个了解我孩子情况的同志问我：“你的两个孩子中小学学习成绩很一般，现在怎么发展得这么好？你是怎样教育孩子的？”这使我产生了写文章总结家教经验的想法。在一些家长学校讲课时，我也理论联系实际地介绍过教育孩子的经验，受到了家长的好评。我撰写、发表了十几篇家庭教育方面的文章，并因此在2001年荣获了安徽省妇联、关工委、教育厅、卫生厅“安徽省家庭教育工作园丁”的称号。

看到书店里那么多有关家教的书，也曾萌生过写一本书来总结家庭教育经验的想法，但一直忙于工作，没时间写。现在孩子都工作了，成家了，我也退休了。作为一名有责任心的老教育工作者，看到许多教育问题，特别是家庭教育的



问题,我感到有责任、有义务总结自己家庭教育的经验和教训,研究家庭素质教育的理论与实践,宣传陶行知的素质教育思想,这样做对孩子有益,对社会有益,对家长有益,对推进素质教育有益,也可以了却我多年的夙愿。

《三字经》有言:“人遗子,金满赢。我教子,惟一经。”作为教师,我没有很多财产留给孩子,这本书是我给孩子们留下的精神财富。

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》已经下发十几年了,当前的很多学校仍然是“素质教育轰轰烈烈,应试教育扎扎实实”,其原因固然是多方面的。但许多家长对素质教育不理解、不支持,甚至反对,确实是一个重要的原因。有人说,素质教育最大的阻力来自家长。没有广大家长的理解和支持,学校是无法全面实施素质教育的,只有社会、学校、家庭教育形成合力,才能推进素质教育。各级教育主管部门要求中小学校办好家长学校,目的也在于此。

现在有两种情况:一是很多家长对学校搞素质教育不理解,怕影响孩子的学习。如果学校搞了素质教育,减轻了学生过重的作业负担,家长就花钱请家教,大搞应试教育。二是一些有正确教育思想的家长看到孩子学习负担太重,要求学校搞素质教育,以减轻学生负担。如果学校不搞素质教育,家长主动搞素质教育,我就属于这一类家长。比如学校重智育、轻德育,我就在家庭教育中把德育放在首位,其次是心育、体育,再次是智育。针对学校普遍重应试教育、轻素质教育的问题,我想家庭更要重素质教育,这是我写《“一半的教育”在家庭》的初衷。

二、为什么以《“一半的教育”在家庭》为书名

我原来的书名是《家庭素质教育》,后来感到这个题目太大了,太正统了,缺乏吸引力,理论上也不容易说清楚。我就想到了家庭教育专家、北京师范大学赵忠心教授的说法:当前学校的应试教育是“一半的教育”,即只抓智育,忽视德育;只重视知识的学习,忽视能力的培养;只重视智力因素的培养,忽视非智力因素的培养;只抓特长发展,忽视全面发展;只抓生理保健,忽视心理保健;只抓营养保证,忽视身体锻炼。

我想,如果说目前学校的应试教育是“一半的教育”,那么,家庭教育就是另“一半的教育”;如果说学校这“一半的教育”是应试教育,那么,家庭这“一半的教育”就应该是学校忽视的素质教育,即赵忠心教授所说的六个“忽视”:德育、能力、非智力因素、心理保健、身体锻炼和全面发展的教育。

另外,我阅读并珍藏着黄全愈教授写的《素质教育在美国——留美博士眼里



的中美教育》和陈绶祥教授写的《素质教育在中国》两书。受赵忠心教授、黄全愈教授和陈绶祥教授素质教育思想的启发，我就把书名改为《一半的教育——素质教育在我家》。后来，我尊重出版社编审同志的建议，又将书名改为《“一半的教育”在家庭》。

三、如何把书写得既有理论性，更有可读性和实践性

将书写得既有理论性，更有可读性和实践性（可操作性），这的确是个难题。发生在家庭里的很多教育故事，我已经记不清楚了。幸好儿女的日记在家里，记录了许多曾经发生的故事，勾起了我的许多回忆。

我曾多次把女儿的日记给亲戚家的孩子们看，读给大学生们听，收到了很好的教育效果。在写作的过程中，我想起了青少年教育专家孙云晓“成人化孩子，孩子化成人，两代人共同成长”的话，由此产生了一个想法：把书写成两代人都可阅读的书，促进两代人共同成长。孩子比较喜欢看同龄人的日记，可从我女儿的日记中找到共同语言，引起情感共鸣，受到启发教育。成年人比较喜欢看理论点评，以丰富家教的理论知识，掌握良好的家教方法，提高个人的教育素质。我就想到以儿女的日记为线索，以家教故事为内容，以理论点评为主导，以叙事研究、个案研究为方法来构思、写作这本书，这样可能更真实、更生动，更感人，可以避免过多的理论说教，尽可能地增强书的生动性、可读性和实践性。

四、需要说明的几个问题

1. 陶行知教育思想是本书的主要理论基础。几十年来，我一直努力学习、研究、实践陶行知教育思想，在《中国教育学刊》等杂志上发表了十几篇陶研方面的文章，被选为安徽省陶行知研究会常务理事，曾获安徽省学陶师陶先进个人一等奖。这本书原是安徽省陶行知研究会立项的一个研究项目，书中每一篇前面都有几句陶行知的教育名言，文中也引用了很多陶行知的言论，目的是宣传、学习陶行知的素质教育思想，丰富家长的教育理论知识，以更好地教育孩子。

2. 从内容上看，本书虽有一定的逻辑性，但缺乏理论的系统性。主要原因是我的水平有限，无力追求家庭素质教育理论的系统性和完整性，这里写的只是我的家庭素质教育的做法和感悟，如果能对家长和孩子有点启发和帮助，也就心满意足了。

3. 这本书写好几年了，原准备2013年出版，但因女儿认为自己很平常，不想宣传自己，一直不赞同公开出这本书，就搁置了下来。主观上，我也不是为了



宣传自己教育儿女的经验，而是想通过我以平常心态，教育平常孩子成长为平常人的案例，证明素质教育理论（包括陶行知的素质教育思想）对教育实践的重要指导作用，批评应试教育的弊端，分析家庭教育的问题，既有利于推进家庭素质教育，促进孩子健康成长，也实现了我的教育理想。后来女儿也认为：“我们的成长和幸福是你教育理论和实践的见证，它见证了一个父亲的爱，见证了爱是教育的真谛。能够与别人分享也是一件于人有益的好事。”女儿最终同意出这本书。

我很赞赏女儿这种谦虚、谨慎、平淡、低调的人生态度，尊重女儿的意见，在书的署名和内容中均删去了她的名字。

由于我的水平有限，书中肯定还有一些不妥和讹舛之处，敬请读者指正。

张乐群

2014年2月9日于多伦多

目 录

序 一	/1
序 二	/2
序 三	/5
前 言	/1

001 父母篇

从女儿给父母的信说起	/2
家庭更要实施素质教育	/8
宁要一个“次品”也不要“废品”和“危险品”	/10
少一点功利心 多一些平常心	/12
多一把尺子 多一批人才	/16
好学是传染的	/21
教育的秘诀是真爱	/26
只有爱心不行 还要有耐心	/30
知“道”更要努力做到	/36
此时无声胜有声	/40
好的关系胜过许多教育	/41
爱我你就夸夸我	/43
爸爸理解我	/47
既要当好师长 也要当好家长	/50
父母的“无为”是有为	/52



055 德育篇

- 道德是做人的根本 /56
- 家庭教育 德育第一 /57
- 百善孝为先 /61
- 有“心得”才能有道德 /63
- 家长是子女的终身德育老师 /64
- 为父母争气 /66
- 日记是“道德的长跑” /68
- 正直的初中生 /71
- 学会感恩 /72
- 德育注重自治 /78

081 心育篇

- 情商比智商更重要 /82
- 以爱心育爱心 以情感动情感 /85
- 自信是成功之父 /89
- 动情是教育的关键 /94
- 女儿的同情心 /98
- 培养兴趣比学习知识更重要 /100
- 失败是成功之母 /103
- 提高耐挫能力 追求成功人生 /104
- 意志决定成败 /111

115 智育篇

- 发展智力比学习知识更重要 /116
- 变“要我学”为“我要学” /119
- 总结是成功之父 /123
- 女儿是个“电视迷” /125
- 能力比知识更有力量 /127