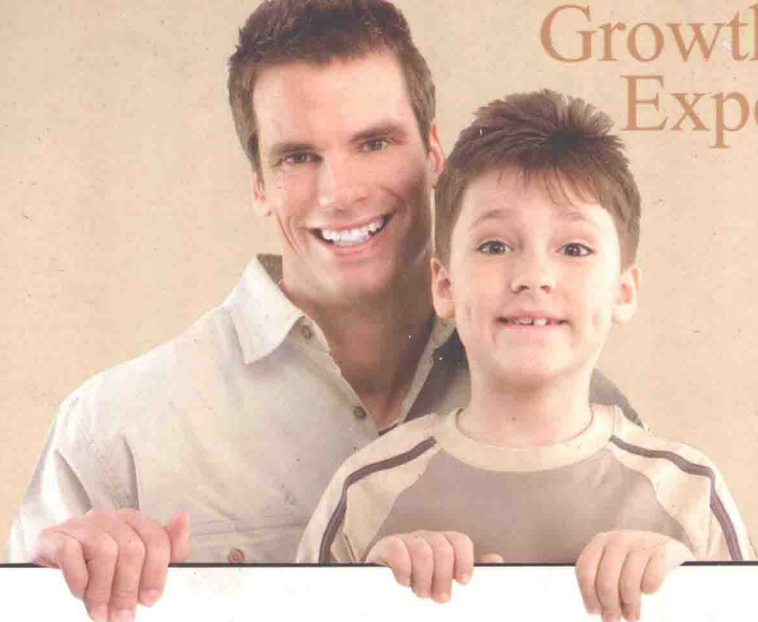


Growth
Experience



成熟的父亲，造就优秀的孩子

成熟父亲

告诉孩子的

76条成长经验

亲子必读

每个孩子都能成功

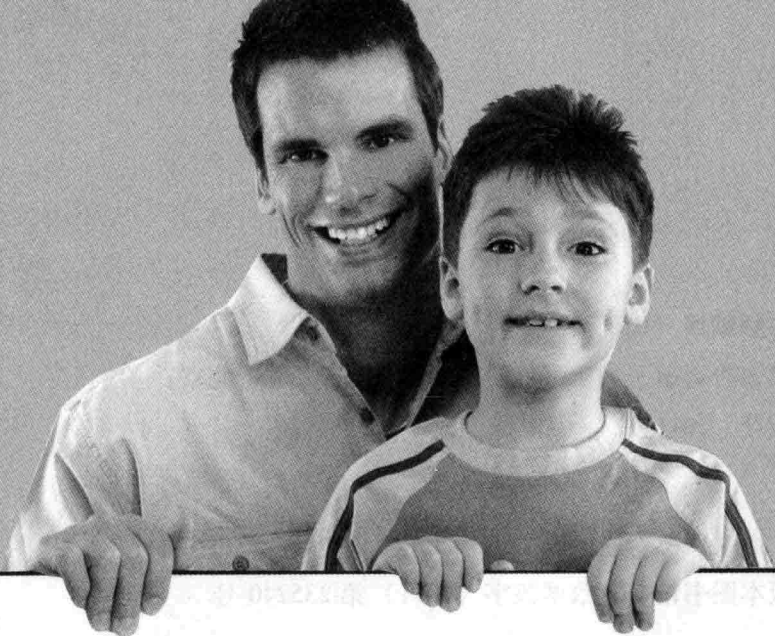
父亲如天 宽广深邃

Father & Children

父亲如海 浩瀚博大



气象出版社
China Meteorological Press



成熟的父亲，造就优秀的孩子

成熟父亲

告诉孩子的

76条成长经验

何强◎编著



气象出版社
China Meteorological Press

图书在版编目 (CIP) 数据

成熟父亲告诉孩子的 76 条成长经验/何强编著. —北京:

气象出版社, 2011. 12

ISBN 978 - 7 - 5029 - 5362 - 1

I. ①成… II. ①何… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 235740 号

成熟父亲告诉孩子的 76 条成长经验

出版发行: 气象出版社

地 址: 北京市海淀区中关村南大街 46 号 (100081)

电 话: 010 - 68407112 (总编室), 010 - 68409198 (发行部)

网 址: <http://www.cmp.cma.gov.cn> E-mail: qxcbs@263.net

责任编辑: 胡育峰 王明德

终 审: 章澄昌

封面设计: 兰旗设计

责任技编: 吴庭芳

责任校对: 时 人

印 刷: 北京京科印刷有限公司

开 本: 710 mm × 1000 mm 1/16 印 张: 15

字 数: 223 千字

版 次: 2012 年 1 月第 1 版

印 次: 2012 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 29.00 元

本书如存在文字不清、漏印以及缺页、倒页、脱页等, 请与本社发行部联系调换



前言

对于子女来说，父亲的地位无可取代。父爱是孩子幸福感和安全感的重要来源，各个年龄的孩子，都有一种内在的与父亲心灵相通的需要，父亲的关爱与呵护，是孩子成长必需的养分。

父教决定着孩子的性格塑造和品德养成。《三字经》中说：“养不教，父之过。”父亲担负着对孩子精神教育和社会教育的责任，这将决定孩子的一生。节制、勤勉、诚恳、认真、忍耐、谦逊、宽容这些美德习惯，是一个人获得成功必备的条件，父亲在孩子孩童时代就应该培养他们这些品质。父亲是子女的榜样，父亲的行为和举止将深刻影响孩子的行为和处世方式。如果父亲为人诚实可信、关爱帮助他人、做事积极主动，那么他的孩子也会受到这些行为的影响，踏着父亲的脚步前行。

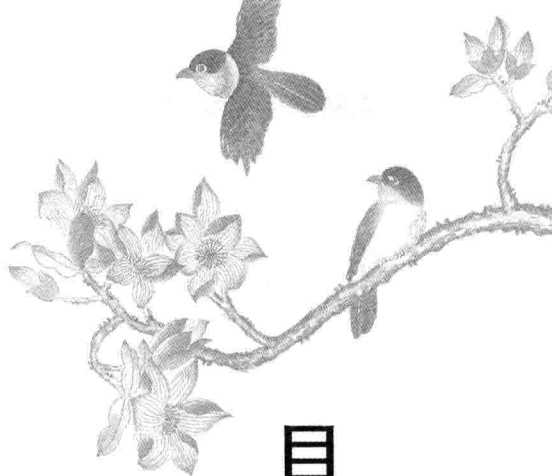
父亲的教育，能使孩子变得更加勇敢、坚强，敢于面对自身的缺点和挫折，同时富有责任感和进取心，而这些非智力因素的品质，在子女成长的过程中至关重要。对于男孩来说，父亲除了能够培养他的阳刚气质外，还能培养他男性的思维方式和行为方式，让他树立男性的自信心、责任心和权威感。对于女孩来说，父亲的意义更是不同一般，父亲不仅

成熟父亲告诉孩子的76条成长经验

Cheng shu fu qin gao su hai zi de 76 tiao cheng zhang jing yan

是女儿的精神支柱，而且还培养她自制、自立、自信、坚强、忍耐、理智的品格。

作为父母，没有什么比把孩子带到这个世界，带领他们成长、成熟更为伟大的事业了。也没有比教会孩子如何做人、如何处世，如何获得快乐、幸福更有成就的事情了。基于此，本书汇集了成熟父亲教育子女的经验之谈，囊括了孩子成长不可缺少的品质、美德、良好习惯，以及与人交往、自我管理能力等共76条宝贵经验，涉及面广，实用性强，为父亲的教育以及孩子的进步提供了重要的参照。



目录

第一章 发现人性的优点

- 第一节 乐观是人生的润滑剂 / 2
- 第二节 诚信乃做人之本 / 5
- 第三节 做一个爱的播种者 / 8
- 第四节 善良的灵魂最美 / 11
- 第五节 行得正站得直 / 14
- 第六节 责任心胜于一切 / 17
- 第七节 百善孝为先 / 20
- 第八节 生命的宝藏——智慧 / 23
- 第九节 感恩之心长存 / 26
- 第十节 宽容的人更可爱 / 29

第二章 品格修养成就一生

- 第十一节 谦谦君子虚怀若谷 / 34
- 第十二节 自信是个“加油站” / 37
- 第十三节 忍耐能够战胜一切 / 40
- 第十四节 面对生活心平气和 / 43
- 第十五节 勤奋耕耘获益终生 / 46

成熟父亲告诉孩子的76条成长经验

Cheng shu fu qin gao su hai zi de 76 tiao cheng zhang jing yan

- 第十六节 忠诚的重量 / 49
- 第十七节 拿得起放得下 / 52
- 第十八节 让自己坚强地站起来 / 55
- 第十九节 坐言起行不靠“拐杖” / 58
- 第二十节 站在得失的天平下 / 61

第三章 用真诚赢得友谊

- 第二十一节 礼貌待人，从小做起 / 66
- 第二十二节 平等待人，学会尊重 / 69
- 第二十三节 给予他人理解与同情 / 72
- 第二十四节 善待他人，和睦相处 / 75
- 第二十五节 学会换位思考 / 78
- 第二十六节 停止责怪与抱怨 / 81
- 第二十七节 让耳朵学会倾听 / 84
- 第二十八节 幽默的人最受欢迎 / 88
- 第二十九节 不吃独食与人分享 / 91
- 第三十节 帮助别人就是帮助自己 / 94

第四章 好习惯伴你成长

- 第三十一节 没有目标，就没有动力 / 100
- 第三十二节 “苛求”自己精益求精 / 103
- 第三十三节 坚持不懈，永不言弃 / 106
- 第三十四节 一步一个脚印 / 109
- 第三十五节 多个“心眼”观察 / 113
- 第三十六节 让忧虑到此为止 / 116
- 第三十七节 细节决定成败 / 119
- 第三十八节 热爱学习，热爱阅读 / 122

- 第三十九节 拥有一颗思考的大脑 / 124
- 第四十节 自律与自我管理 / 127
- 第四十一节 反思才能进步 / 131
- 第四十二节 世上最怕“认真”二字 / 134 ✓
- 第四十三节 不骄不躁耐心等待 / 137
- 第四十四节 激励自己强大起来 / 140
- 第四十五节 言行一致，说到做到 / 143
- 第四十六节 承认错误有错就改 / 145

第五章 管理自己与保护自己

- 第四十七节 世上没有“时间飞船” / 150
- 第四十八节 做时间的主人 / 152
- 第四十九节 三心二意要不得 / 155
- 第五十节 入不敷出与贪得无厌 / 158
- 第五十一节 节俭与积累财富 / 160
- 第五十二节 养成合理储蓄的习惯 / 163
- 第五十三节 金钱与自我掌控 / 165
- 第五十四节 找到自己的位置 / 167
- 第五十五节 真正的好伙伴 / 169
- 第五十六节 不让恶评伤害到你 / 171
- 第五十七节 学会说“不” / 173
- 第五十八节 好习惯与坏习惯 / 176
- 第五十九节 适应现实调整自我 / 178

第六章 不可不听的生活箴言

- 第六十节 热爱生命，拥抱希望 / 184
- 第六十一节 保持你的童心 / 186

成熟父亲告诉孩子的76条成长经验

Cheng shu fu qin gao su hai zi de 76 tiao cheng zhang jing yan

- 第六十二节 吃苦是一味“良药” / 189
- 第六十三节 身体是“革命”的本钱 / 192
- 第六十四节 贫穷是最大的财富 / 194
- 第六十五节 迎战挫折做一个勇者 / 197
- 第六十六节 热爱劳动，奉献社会 / 200
- 第六十七节 知足的心最快乐 / 202
- 第六十八节 千万不要丢掉梦想 / 205
- 第六十九节 让想象力“大胆”起来 / 208
- 第七十节 一定要想一想以后 / 211
- 第七十一节 改变从自己开始 / 213
- 第七十二节 把赞美大声说出来 / 216
- 第七十三节 “红眼病”祸害无穷 / 219
- 第七十四节 不经一事，不长一智 / 222
- 第七十五节 不要轻易发怒 / 224
- 第七十六节 机会就在这里 / 228



第一章

发现人性的优点





第一节 乐观是人生的润滑剂

人生不是一帆风顺的，一个人从小到大，会经历无数大大小小的事情，顺境与逆境、快乐与痛苦、理想与现实。当碰到不称心的事情，需要解决困难时，很多人往往意志消沉，闷闷不乐，尤其对那些少不经事的孩子来说，更是如此。因此，作为父亲，需要教育孩子学会忍耐和坚强，鼓励孩子凡事多往好的方面想，不要消极颓废，在面对困境、挫折时保持自信、乐观，积极的心态。不管现实如何，都要勇敢、无畏、微笑地对待生活。乐观，是一种处世态度，从容、自信、处变不惊；乐观，是一种人生润滑剂，既能娱己又能悦人，让人生旅途充满情趣。

大发明家爱迪生的工厂曾经失火，近百万美元的设备一瞬间化为乌有。67岁的爱迪生闻讯赶到火灾现场，员工们都已经做好了挨骂的准备，低着头，不发一言。但凡一位老板，面对一片废墟，都会暴怒至极。但爱迪生表现得非常镇静，甚至还笑着说：“这场大火烧得好哇，我们所有的错误都烧光了，从现在起我们可以重新开始了。”这样简单的一句话，顿时化解了所有人的担忧和痛苦。

由此可见，一件事情的好坏，取决于当事人对它的态度。面对棘手的问题，坚强的乐观者总是抱着积极的态度，遭遇变故反而令他更加坚强。悲观的人，就会意志消沉，对前途丧失信心，长此以往，还会损害健康。

在我们身边，往往有的人乐观，有的人悲观，为什么会这样呢？其实，我们所处的世界没有什么不同，只是个人内在的处世态度不同而已。有这样一句话，“乐观者和悲观者的差别十分微妙：乐观者看到的是甜甜

圈，而悲观者看到的则是甜甜圈中间的小小空洞。”短短的一个幽默句子，道出了快乐的本质。事实上，我们眼所见的，往往并非事物的全貌，而是自己想要寻求的东西。乐观者与悲观者各自所寻求的东西不同，因而面对同样的事物，得到的结果也就不同。乐观是一种“迷人”的气质，一股“神秘”的力量，它进驻你的内心，提供给你勇气、决心与希望。它对一个人的成长起着积极的作用，使你能够面对生活中的困难，与周围的人保持融洽的关系，正如罗曼·罗兰所说：“开朗的性格不仅可以使自己经常保持心情的愉快，而且可以感染你周围的人们，使他们也觉得人生充满了和谐与光明。”面对生活中的每一次转变，乐观的性格有助于走向成功，积极的观点有助于目标的实现。

两个人穿越沙漠去另一边的绿洲。沙漠地区空气干燥、天气炎热，他俩又是徒步旅行，即使不停地喝水还是感到口渴难忍。当旅途进行到一半的时候，其中一个人发现自己的水壶只剩半壶水，心里有些担忧、紧张，心情变得非常烦躁，他一边走一边抱怨、咒骂沙漠如此讨厌。而另一个人则想：还好自己水壶里还有半壶水，只要节省着喝，一定能够熬过去的，到了绿洲就会有甘甜的水滋润身心。后来，惋惜自己只有半壶水的人没有走出沙漠，而庆幸自己还有半壶水的那个人则走出了沙漠。

一个乐观的人，无论面对什么样的生活，都有能力重新开始，即使在地狱中，也能重新走入天堂。乐观的人总是对未来充满信心、抱有希望，因而不断进取。他们能够依赖想象力和对未来的展望，忍受眼前的不适应，听取他人的建议，同时调整自己的需要。在情绪与理智的较量中，能够较为成功地摆脱情绪的控制，用理智和知识预见事物的未来发展趋势。对于任何一个人来说，乐观是比什么都重要的财富。这促使人们对发生的事情产生一种积极的情绪体验，用来应对生活中的悲伤、不幸、失败、痛苦等。

成熟父亲告诉孩子的76条成长经验

Cheng shu fu qin gao su hai zi de 76 tiao cheng zhang jing yan

一位妇人请油漆工到家里来粉刷墙壁。这位油漆工一走进门，就发现这家的男主人双目失明，他不由得流露出怜悯的眼光。可是这位男主人为人开朗乐观，油漆工在那里工作了几天，他们谈得很投机，在此期间油漆工从未提起男主人的缺憾。

粉刷工作结束了，油漆工取出账单，那位妇人发现上面的价钱比之前谈好的数目少了很多。她问油漆工：“怎么价钱少算这么多呢？”

油漆工回答说：“这几天我跟你先生在一起很快乐，他对人生的态度改变了我，让我发觉自己的境况还不算最坏。所以减去的那一部分，算是我对他表示的一点谢意，因为他，我的工作不再那么苦！”油漆工对丈夫的推崇，使妇人落泪，因为这位慷慨的油漆工，自己只有一只手。

在人生这块“铁盘”上，态度就是一块“磁铁”，不论我们的思想是正面的还是负面的，我们都受到它的牵引。一个人从小到大，总会经历一些波折，无论健康与疾病、贫穷与富有、理想与现实等，这些都会作用到人的心情上。顺心的时候，开心是自然的；而不顺心的时候，想要开心起来就困难了许多，其实最关键的还是心态。也许我们无法改变命运，但是我们能够改变人生的态度；也许我们无法改变周围的环境，但是我们能够改变自己的心境；也许我们无法改变别人的看法，但是我们能够改变自己的做法。我们要做的就是把握现在，展望未来，积极乐观地接受生活带来的种种考验。因为你的生活取决于你的态度，你的人生取决于你的心灵。乐观是一种失意后的坦然，一种平淡中的自信，一种变挫折为转折的从容。谁拥有乐观，谁就拥有了看透人生的眼睛，拥有了希望和力量。

人们常说：生活是一面镜子，你对它哭它亦哭，你对它笑它亦笑。快乐是一天，不快乐也是一天，既然如此，为什么不乐观快乐地度过每一天呢？如何快乐地度过每一天，以下是爸爸给你的建议：

1. 活在现在，不是过去也不是未来。
2. 把握自己的情绪，以宽容的心情对待每一个人，对待任何事。
3. 做事前多作思想准备。

4. 积极地自我引导，自我激励。
5. 按照乐观的方式行事，怀抱希望才能拥有自信。
6. 不吝啬你的赞美，多多赞赏别人。
7. 不要总拿自己和别人比较。
8. 重新定义失败。失败或许给你带来阵痛，但更能让你得到经验。
9. 了解自己到底想要什么，不想要的东西千万别费心思。



第二节 诚信乃做人之本

人，以诚为本，以信为天。诚信是一种修养，也是中华民族的传统美德，它一直伴随着我们，经历暴风骤雨，走过沧海桑田，最终沉淀为中华民族的精髓。诚信像土，孕育着无数生命；诚信像水，滋养着千万生灵；诚信像光，照射着所有灵魂。它比黄金贵重，比宝石璀璨，是人生无价的财富。失去了诚信，人所拥有的一切：金钱、荣誉、才华……都如镜中花、水中月，转眼间化为乌有。《郁离子》中记载了这样一个故事：

济阳有个商人过河时，船突然沉了，于是他抓住一根大麻杆拼命地呼救。不远处一个打渔的人闻声，赶忙划船过来。商人看见有人过来，急忙喊道：“快来救我！我是济阳最大的富翁，你要是能救我上岸，我给你100两金子。”

待渔夫把商人救上岸后，商人却不认账了。他不情愿地从钱袋里掏出10两金子，递给渔夫。渔夫很气愤，指责他不守信用，出尔反尔。富翁说：“你一个打渔的，一年到头能赚几个钱？这10两金子，你一辈子都赚不到，你还不满足吗？”渔夫只得拿着金子，快快而去。

不料想后来这个富翁又一次在这条河里翻船了。旁边有人欲救，那个

成熟父亲告诉孩子的76条成长经验

Cheng shu fu qin gao su hai zi de 76 tiao cheng zhang jing yan

曾被他要弄过的渔夫赶忙制止说：“他就是那个说话不算数的人！”于是，商人淹死了。

商人两次翻船遇难碰到同一个渔夫是偶然的，但他的悲惨下场却在意料之中。一个人若不守信用，便会失去别人的信任。一旦他遭遇艰险，便不会有人愿意出手相救，最后只能坐以待毙。

在我们的生活中，有多少这样的商人呢？有多少人像他一样信誓旦旦地作出承诺，结果被淹没在谎言与欺骗的洪流中呢？失信于人，会有什么好的下场，“信”对于任何一个人来说，都是生死攸关的大事。

漫漫人生路，纷扰诱惑多，在一个个渡口前，在一次次险象中，面对人生的选择，人究竟该选择什么？

在一次谈话栏目中，节目主持人请原微软公司全球副总裁李开复按微软聘用员工的标准给以下要素排列顺序：创新、诚信、智慧。李开复毫不犹豫地吧“诚信”排到了第一位。因为在他看来，这是一个人最基本的处世准则和最起码的职业道德。一个人赢得他人的信任，取得事业上的成功，一定要坚守信用。诚信是人性一切优点的基础，世界上才华横溢的人并不罕见，但是，才华出众又有诚信的人却不多见。只有诚信的人才值得信赖。诚信比其他任何优秀的特质更能赢得尊重和尊敬，更能取信于人。在与人相处中，以诚待人，别人才会以诚相报。

曾子是我国古代著名的思想家和教育家。一天，曾子的妻子要出门，儿子要跟着一一起去，哭闹着要求带着他。妻子觉得带着孩子很不方便，便想办法让孩子留在家里，于是对儿子说：“好孩子，你在家等着妈妈，等妈妈回来杀猪给你炖肉吃。”儿子一听说有肉吃，就不再哭闹，乖乖地留在家里。

当妻子回到家时，看到曾子正在磨刀，就问曾子磨刀做什么。曾子说：“杀猪啊！你说了给儿子炖肉吃的。”妻子笑着说：“那只是我随口一说哄孩子高兴的，你怎么当真了呢？”

曾子放下手中的菜刀，郑重地对妻子说：“你要知道，孩子是欺骗不得的。如果父母说话不算数，孩子长大后就不会讲信用。”于是，曾子与妻子一起把猪杀了，给儿子做了香喷喷的炖肉吃。

曾子夫妇的诚信行为直接影响了儿子。一天夜里，儿子刚睡下又突然坐起来，从枕头下拿起一把竹简就向外跑。曾子忙问他去做什么，儿子回答：“这是朋友的书简，我从他那里借书简时说好今天还给他的。虽然现在很晚了，但再晚也要还给他，我不能言而无信呀！”曾子看着儿子跑出门，会心地笑了。

每个人都希望自己具有诚信的品质，没人喜欢满嘴谎话的人。其实，每个人生来都是诚实的，然而由于后天教育的不当，加上环境影响，很多人学会用谎言和逃避处理问题。一个人是否诚信在很大程度上取决于教育，诚信的习惯是可以养成的，在日常生活中，父母的教育，朋友的行为，都会影响人诚信的建立。

从心理学来看，人的道德意识与道德行为紧密相连，道德意识决定道德行为，道德行为又反过来体现道德意识。很多人由于意志力薄弱、自制力不强，无法控制自己的行为，导致说话不算数，言而无信。说的一个样，做的另一个样；当面一个样，背后另一个样。然而，不欺骗、不隐瞒，才是正确的人生态度。说话算数，实事求是，讲信用，是多么可贵！

诚信，看似简简单单的两个字，要做到却不容易。在我们的身边，存在着很多“不诚信”的现象。很多人为了己私利不择手段，将道德规范、承诺信誉置之度外。这些人的心灵被污染了，行事为人时欺骗隐瞒多了起来，社会上的假冒伪劣也愈发泛滥。前段时间发生的“毒奶粉”事件，后又发生的“瘦肉精”事件等，这些行为都是抛弃了诚信，违背了做人做事的准则，同时也是人类的生命价值、崇高理想、道德情操被逐渐遗忘的恶果。丢弃这些，人们会付出惨痛的代价，金钱、权力不再奏效，众叛亲离，虚伪腐败；世界到处是污浊的空气，颓败的景象。

人无信不立，事无信不成。所以，我的孩子，千万要保持诚信，保留

心底那一份单纯与真诚，只有做到诚实无伪，才能无愧于心，才能获得真正的快乐，享受内心的平静。诚信，如一根小小的火苗，可以照亮一片天空；诚信，如一片小小的绿叶，可以带来一片生机；诚信，如一朵小小的浪花，可以泛起一片涟漪……

让我们用诚实引领成长脚步，用信用守护良知的天空，在身边培育诚信的森林，让世界变得更加美好。

第三节 做一个爱的播种者



爱是冬日的阳光，使饥寒交迫的人感受温暖；爱是沙漠中的清泉，使身处绝境的人重拾希望；爱是空寂里的歌谣，使孤苦伶仃的人得到慰藉；爱是久旱中的甘霖，使枯萎疲惫的人感到滋润。正如梵高所说：“爱之花开放的地方，生命便能欣欣向荣。”爱，具有奇妙的魔力，它能够呼风唤雨、改天换地，它能使人起死回生、改头换面。请记住，我的孩子，永远不要低估爱的力量。然而，爱是没有重量的，爱更不是负担，它是发自内心的关怀与不求回报的付出。

有一位印度教徒，徒步前往喜马拉雅山的圣庙朝圣。这段路程非常遥远，山路也很难走，而且空气稀薄，所以虽然他携带很少的行李，但还是举步维艰，气喘如牛。一路上，他走走停停，不断向前张望，希望圣庙就在眼前。走到大约一半路程的时候，他突然看到前方有一个小女孩背着一个胖乎乎的男孩，小女孩年纪不会超过十岁，小男孩在她背上安静地睡着，想必是爬山累着了，姐弟俩在缓慢地向前移动。小女孩气喘吁吁，不停地流汗，可是她的双手一直紧紧扶着背上的小男孩。

这位印度教徒加快步伐，跟上了小女孩，同情地对她说：“孩子，你