

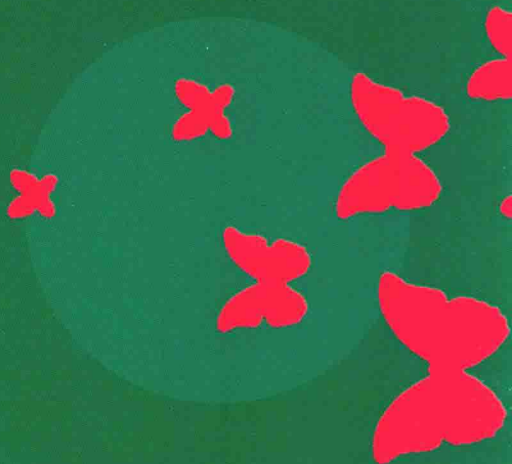
全新增订  
第三版



# 完整的成长

## 儿童生命的自我创造

孙瑞雪 著



继《爱与自由》《捕捉儿童敏感期》之后

孙瑞雪全面阐释儿童生命自我创造历程的又一经典之作

儿童在爱和自由、规则与平等的外在环境中，  
经历完整的成长，  
构建内在自我，成长为完整的人

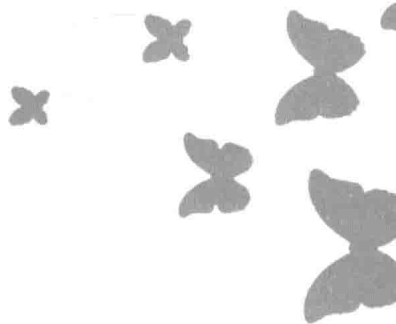


中国妇女出版社

# 完整的成长

儿童生命的自我创造

孙瑞雪 著



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

完整的成长：儿童生命的自我创造 / 孙瑞雪著. --  
2版. -- 北京：中国妇女出版社，2018.1  
ISBN 978-7-5127-1480-9

I. ①完… II. ①孙… III. ①儿童教育—家庭教育  
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第150280号

## 完整的成长——儿童生命的自我创造

---

作者：孙瑞雪 著

责任编辑：王琳

封面设计：尚世视觉

责任印制：王卫东

出版发行：中国妇女出版社

地址：北京市东城区史家胡同甲24号 邮政编码：100010

电话：(010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网址：[www.womenbooks.cn](http://www.womenbooks.cn)

法律顾问：北京天达共和律师事务所

经销：各地新华书店

印刷：北京通州皇家印刷厂

开本：165×235 1/16

印张：19

插页：16面

字数：300千字

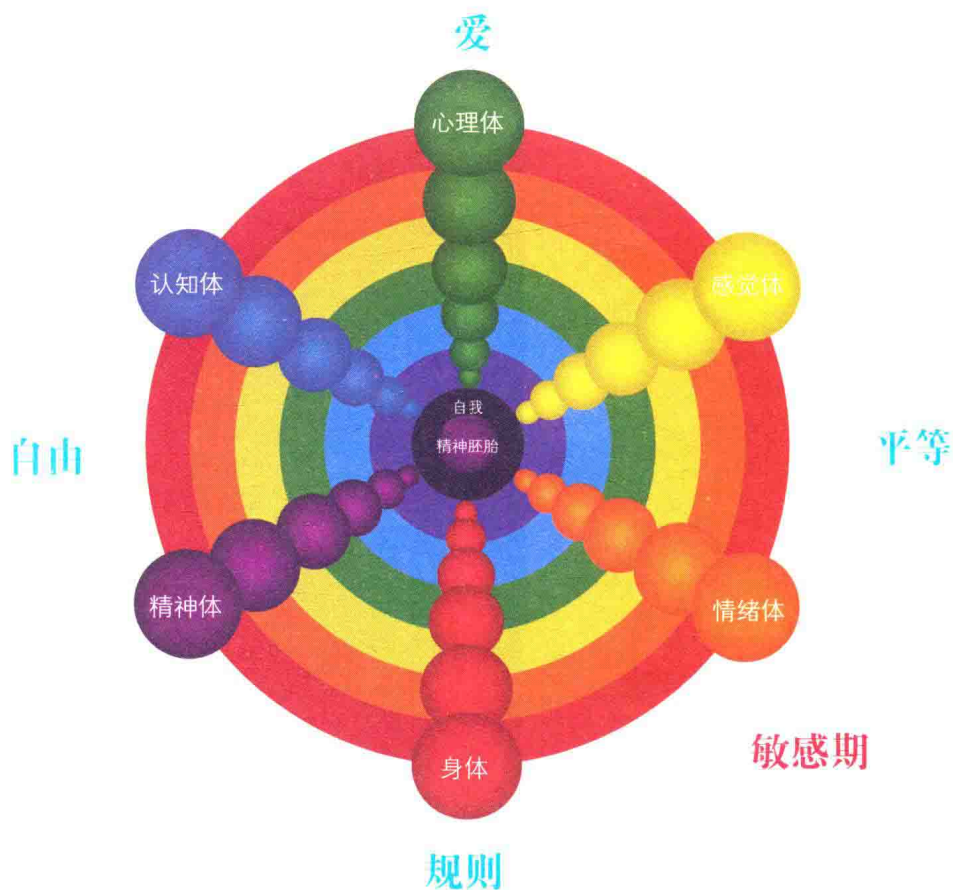
版次：2018年1月第2版

印次：2018年1月第1次

书号：ISBN 978-7-5127-1480-9

定价：42.00元

## 爱和自由教育思想体系图示



- 精神胚胎引领完整的成长。精神胚胎作为起始和基础，并由它引领，人才有可能创造自我。
- 身体、情绪、感觉、心理、认知、精神，是内在环境，这些部分为创造一个真正的自我提供了过渡、转化、容纳、组织、整合、发展，以及建构和创造自我的资源。
- 爱和自由、规则与平等，是儿童成长的外在环境，是儿童经历完整成长历程的外在环境。
- 敏感期，是儿童生命内在世界的外在呈现，我们通过敏感期来观察儿童内在发生了什么。

还是那句老话：“只要是符合人性的、真正的、唯一的真理，我坚信！”

我庆幸的是，多年以来，我一直在谨慎地观察着、保护着孩子对美的那份独到的风格所再现的认识和心灵的感觉。

以下作品是我校六年级孩子的一次课堂习作的部分作品，这样的绘画习作是孩子们日常学习生活中的一部分。孩子的画作代表着他们对美的独到的认识和追求，对生活的真实感受和心灵的感觉。

保持和拥有这份真实的感觉是我和孩子们一生所追求的。

安长喜

（孙瑞雪教育机构资深美术教师，宁夏蒙特梭利国际学校校长）



《思》 马媛媛 13岁

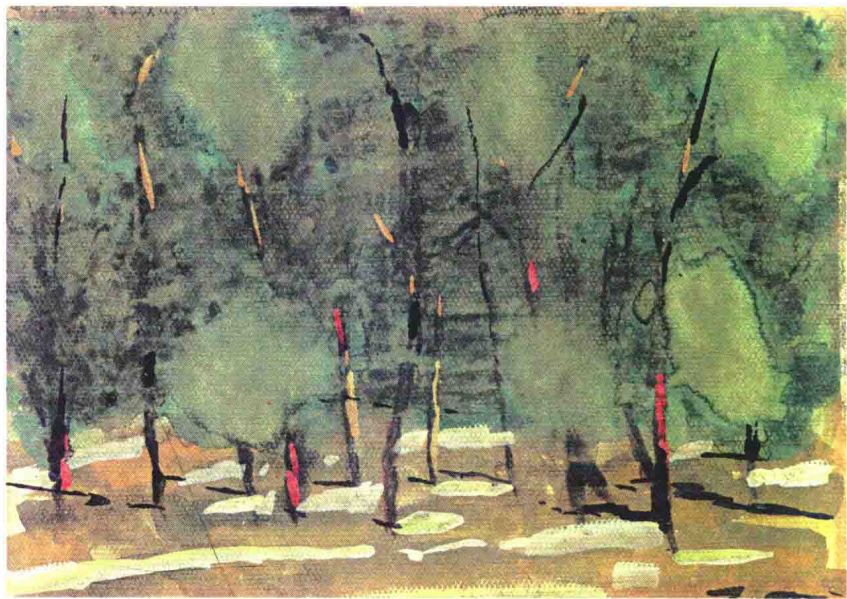
闭上眼睛，你就是世界！

山的那一边，  
远方的远方，  
孩子的思绪……



《远足》 付羽昕 11岁

这是一个炎热的下午，  
一个孩子躲在绿荫下，  
捕捉着烈日与森林的和谐……



《绿荫下》 赵彦若 13岁

几棵树摇曳在夏日雨后的滋润中，一条路伸向远方……



《远方》 孙钰祺 12岁



健康、挺拔、向上，体验着阳光下的桦树林，体验着自己，体验着生命……

《阳光下的桦树林》 张子韬 13岁

简单与复杂、朦胧与清晰的背后，蕴藏着生生不息的律动。



《律》 孙钰祺 12岁

嗅到生命的气息，仿佛走进孩子博大的心境。



《春浪》 吴昊 13岁



从林之间，一条幽径，隐藏着对生命的好奇  
与思考、成长的脚印与童年的秘密……



《小径》 程田紫 13岁



《秋》 程田紫 13岁

用尽所有的色彩表达都不及画者的洒脱与大气  
更似秋的品质！

纯真、稚气、本真，生命的力量！



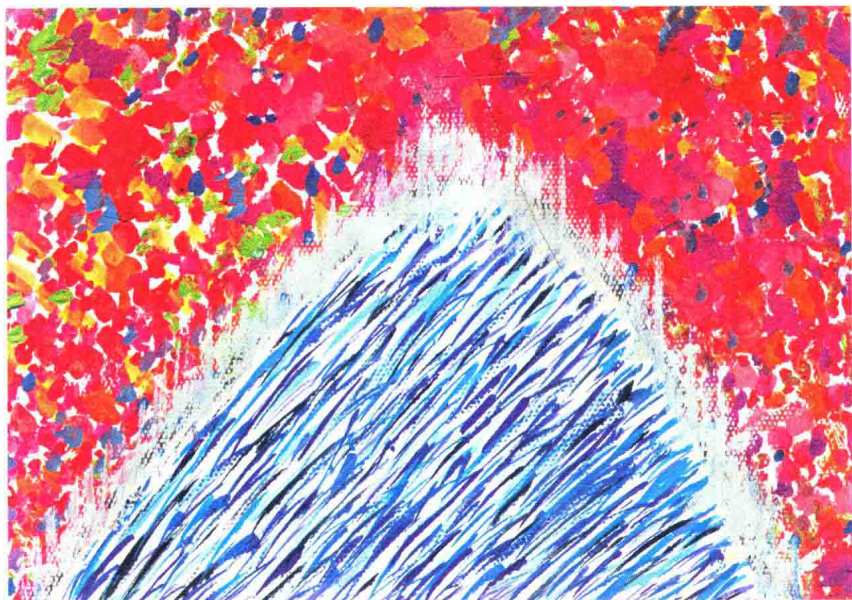
《律》 王妮妮 11岁

此时，画者的情绪在飞快地挥动中流淌，他手中的画笔、色彩与大自然中的狂风、大树融为了一体。



《刮》 赵彦若 13岁

激情、理想、生命，抑制不住的能量向上、  
向远方、向宇宙扩散开来……



《放飞》 付羽昕 11岁



画面上充满了相似与不同、神秘与色彩、幻想  
与不解，就像梦一般……

《梦》 荀庚 13岁



《向往的地方》 杜新园 12岁

在山的尽头，在天  
的边际，在消失的  
地平线，  
有我们追逐的梦。

仿佛又回到了寂静的夜，书桌前，台灯下，  
望着窗外，万家灯火……活着，真好！



《静》 蔡婧 11岁

## 第三版序：认识自己

这是《完整的成长》第三次再版了，为这样一本书写序，是一件意义非凡的事情。首先，我是“爱和自由”教育理论的受益者，是在这个教育体系中成长起来的第一批教师；其次，我是这个教育理论的践行者，20多年来看到许多孩子按照自己生命的特质成长起来，他们是全然的自己；最后，我经历了这本书诞生的全过程，那是一段思想流淌、升华的美妙时光。所以，我深爱着这本书。

这本书的核心是，我们是由这些部分组成：“身体的、情绪的、感觉的、心理的、认知的、精神的。这是我们内在的环境，是我们的一个系统，但不是我们的核心，核心是我们的精神胚胎。儿童要依靠精神胚胎，并借助这些结构，创造一个自我，所以完整的成长的核心点在精神胚胎和自我。”

在陪伴孩子成长的过程中，我感受和体验到生命是一个自我创造的过程，教育帮助这个过程实现，这是生命的伟大之处。教育者一旦有了这样一个清晰的认识，那么符合生命规律的教育就自然而然地实现了。

一个小朋友放了一个屁，他对走在身后的老师说：“这是我的屁。”这个屁让孩子有机会认知“我”的存在。老师说：“是的，是你的屁。”通过老师的确认，孩子对自我存在的认识被加深了。儿童对自己的认识是超出成人的，其建构自我的能力超出我们的想象，因为那个自我是我们成人没有办法预料和认知的，但一定是超越我们的。所以，才有人说我们现有的问题要依靠儿童未来创造的那个成人来解决。从这个意义上来讲，儿童就是成人之父。儿童的这

种能力是他们天生具有的，成长就是他们的工作，这就是成长的含义。

在从事教育工作的这些年里，看着孩子们经历着这样一个特别清晰的成长过程，使我产生了巨大的触动。借着对儿童成长的观察，我开始反观自己的成长历程，开启了重新认识自己、认识生命本身的成长之路，这是作为一个教育者收到的最大的礼物。

在这本书出版之后，许多读者和我的感受是一样的，借由认识孩子，看到了自己的成长。各地的家长们组织了《完整的成长》读书会。上海读书会的家长们在3年的时间里完整地阅读了3遍；洛阳读书会的一位家长在书上做了满满的批注；深圳读书会的一位家长分享道：“原来成长是可以以这样的方式、可以让儿童自己做主的！从中我也看到了自己成长中那些不完整的部分，开始懂得接纳自己、觉察自己、修复自己。”

如果儿童的成长方式是自己做主，那么成人的成长同样需要自己做自己的主人。一个人只有看清了自己，他才能做自己的主人，因而这是一本认识自我、走向成长的教科书，让你看到成长的过程，看到你自己。

认识你自己，是最幸福的！

王瑞君

2017年11月

## 第二版序

4年前，我着手写《自由中的规则》。在这本书中，关键性的两个词汇是“自由”和“规则”。基于做实际工作的经验，我担心阐述时被读者误解，就不得不从“自由”开始谈起。

20年的职业生涯让我知道，我们成人都是在权威中长大的。在权威中长大的人，意味着已经有了一套思维模式，例如“没有绝对的自由，自由是相对的”。这是一种思维的套路。用已有的模式理解“自由”和“规则”，就会回到我们已经走过的老路上，“禁锢又产生了”。我试图想让读者尝试走出固有的模式。

成长的目标，是尽可能地由儿童自己创造出一个完整的自己，未来达到自我实现的程度。这是衡量成长状态水平的一个度量计。

我还有一个目的，期望不要停留在文字上，我期望思想可以实施在我们的生活中，以此使我们生活得更好。它应该呈现在我们作为人类最显著的特征上——创造一种生活，由此使你的孩子——我们共同的后代，可以以崭新的生命状态活在这个地球上，成为新人类。

自由最核心的概念：做自己的主人——做自己身体的主人，做自己感觉的主人，做自己情绪的主人，做自己心理的主人，做自己认知的主人，做自己精神的主人，由此由儿童自己创造一个完整的自我。

在阐述自由的过程中，我原本想把这个理论系统放在“自由”这个命题里，但发现文字太多了，它是一个庞大的生命系统，正如马斯洛所说：“一个

自我实现者，他的成长过程，最重要的是自由。”所以，在阐述一个生命在自由中是如何长大的时候，就先诞生了另一本书《完整的成长》，而且把这一部分内容从《自由中的规则》里完全剥离出来。

在这本书第二版出版的时候，需要再写一个序。这时候生命有了更深入的成长，关于自我的部分，我有了更深切的体会和思考。一个生命成长的历程，从生到死，是有阶段性的，我们称为“成长”。但是，如果把一个生命体，放在整个人类上下6000年的文明史中来看，我们称为“进化”。我提出这样一个思考的结果，就是在我们此刻的这个时代，正进入一个关键的时期——人类开始形成自我。而这个自我的形成是依靠儿童自己完成的，这是个体意识进化的一个标志。也许，几千年以后回视，这个自我的状态可能是一个较为原始的状态，但今天，自我的进化是人类文明的一个标志。有了这个台阶，我们才能从一种意识状态中上升到另外一种意识的状态，这是生命的又一次诞生，意味着我们归属于自己，从权威中走向平等；意味着我们成为自己，从自身的生命中找到真理；意味着我们可以真正地意识到我们是整体的一部分，而不是迷失在一个整体中。自我的诞生，终于像人类的第二次出生一样，可以在今天被呐喊出来。它的意义是重大的。期望有更多的人发现这一点。也许，这正是这本书的意义所在。

感谢所有孩子的陪伴，感谢所有孩子对我们生命的滋养。

感谢学校里的每一位老师，一起从事“爱和自由”的教育，她们都是“爱和自由”教育精神的实施者。正是她们的努力工作，这个教育才得以实施。

感谢杨利霞，在这本书的编辑过程中，她做了大量的工作，并和我一起度过了一段又一段的精神时光。

感谢王晓燕，在这本书的精神和情境里面，她总是能和我达成精神的共振。

感谢杨丽宁，她总是能提供自己孩子最翔实且最具连续性的材料，并且和我一起探讨。而且也让我有幸去和孩子交谈，并且观察孩子。

感谢叶万红，她总是和我热情洋溢地谈论孩子的状态，我一直为她作为一个母亲为孩子所做的事情而感动。

感谢薛梅和我在教育精神上的讨论。

感谢安长喜、段武宽、李燕，他们总是和我在一起探讨并提供小学孩子最真实的生活情境和资料。



感谢刘红梅、刘佳、王芸、唐双环、吉野宁，她们总是可以和我一起兴高采烈地谈论儿童，谈论一个小的生命发生了什么。那些精微的生活情境，总是给我们很大的热情和享受。

感谢丁淑红，感谢她对精神的敏感，并同时提供了她的孩子内在的真实的想法和记录。也感谢李丁玉丹，丁淑红的孩子，就在前不久，已经成人的她，在学校里义务实习。我对她的生命的觉察和自信，万分感慨。

感谢王树、何智明，没有她们的催促和触动，这本书的第一版不会以那么快的速度与读者见面。

也许，还有很多没有感谢到的人，但是，如果这本书对其他人有所帮助的话，那份感谢就存在着。

孙瑞雪  
2014年3月