

郑石岩 著

郑石岩“教育大爱”作品系列

台湾教养书系

教育的大爱

发挥有能力的爱，做孩子们的贵人



教育就是点燃孩子生命火焰的心灯，它能照亮前景，看出希望。要善于发现孩子的亮点和优点，并培养孩子的积极性、主动性和豪气，使他能面对生活中的难题，建立健康的自我。这样的爱才是有能力的爱，也是教育应有的大爱。

凤凰出版传媒集团

江苏教育出版社
JIANGSU EDUCATION PUBLISHING HOUSE



教育的大爱

发挥有能力的爱，做孩子们的贵人

郑石岩 著



台湾教养书系 :: :: 郑石岩“教育大爱”作品系列

凤凰出版传媒集团

江苏教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

教育的大爱:发挥有能力的爱,做孩子们的贵人/郑石岩著. —南京:江苏教育出版社,2009.7
(台湾教养书系·郑石岩“教育大爱”作品系列)
ISBN 978-7-5343-9087-6

I. 教… II. 郑… III. 儿童教育:家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 123166 号

- 书 名 郑石岩“教育大爱”作品系列
教育的大爱
作 者 发挥有能力的爱,做孩子们的贵人
郑石岩
责任编辑 司亚宁
装帧设计 书衣坊
出版发行 凤凰出版传媒集团
江苏教育出版社(南京市湖南路1号A楼 邮编 210009)
网 址 <http://www.1088.com.cn>
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京前锦排版服务有限公司
印 刷 北京市世界知识印刷厂马鞍山分厂
地 址 马鞍山市花山工业集中区 500 号(邮编:243000)
电 话 0555-8283603
开 本 890×1240 毫米 1/32
印 张 7.125
插 页 2
字 数 141 300
版 次 2009 年 7 月第 1 版
2009 年 7 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5343-9087-6
定 价 18.00 元
批发电话 025-83657708,83658558,83658511
邮购电话 025-85400774,8008289797
短信咨询 02585420909
E-mail jsep@vip.163.com
盗版举报 025-83658551

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换
提供盗版线索者给予重奖

写作是我生涯中的一个枝桠。随缘长出的根芽,却开出许多花朵,结成一串累累的果子。

我写作的着眼点,是想通过理论与实务的结合,阐释现代人生活适应之道,提倡正确的教育观念和方法,帮助每个人心智的成长,通过东西文化的融合,寻找美好人生的线索。我细心地观察、体验和研究,继而流露于笔端,写出这些作品。书中有随缘观察的心得,有实务经验的发现,有理论的引用,也有对现实生活的响应。在忙碌的工作和生活中,我采取细水长流,每天做一点,积少成多。

从第一本作品出版到现在,已经写了四十几本书。这些书都与禅佛学、教育、亲职、心灵、谘商和辅导有关。写作题材从艰深的禅学、唯识及心灵课题,到日常生活的调适和心智成长,都保持深入浅出、人人能懂的风格。艰涩冗长的理论不易被理解,特化作活泼实用的知识,使读者在阅读时,容易共鸣、领会、受用。因此,这些书都得到了不错的评价和读者的喜爱。

每当演讲或学术讨论会后，或在机场、车站等公共场所，总是有读者朋友向我打招呼，表达受惠于这些著作之情。他们告诉我“你的书陪伴我度过人生最困难的岁月”，或说“我是读你的书茁壮长大的”。身为一个作者，最大的感触和安慰，就在这些真诚的回应上：欢喜看到这些书在广泛的地域上，对现代人心灵生活的提升发挥了影响力。

我多年来持续写作的心愿，是研究、发现及传递同现代人生活与工作适应的知识和智能。所以当远流规划在《大众心理馆》里开辟《郑石岩作品集》，期望能更有效地服务读者的需要，并嘱我写序时，我心中真有无比的喜悦。

我在39岁之前，从来没有想过要笔耕写作。除了学术论文发表之外，没想过要从事创作。1983年我登山发生意外，不慎跌落山谷，脊椎严重受创，下半身麻痹，面临不良于行的危机。那时请病假治伤，不能上班，不多久，情绪掉到谷底，忧郁沮丧化作满面愁容。

秀真一直非常耐心地陪伴我，听我倾诉忧虑和不安。有一天傍晚，她以佛门同修的立场劝诫我说：“先生！你学的是心理谘商，从小就修持佛法；你懂得如何助人，也常常在各地演讲。现在自己碰到难题，却用不出来。看来你能讲给别人听，自己却不受用。”

我听完她的劝说，心中有些惭愧，也有些省悟。我默然沉思良久。我知道必须接纳现实，去面对眼前的困境。当晚9时许，我对秀真说：“我已了然于心，即使未来不良于行，也要坐在轮椅上，继续我的教育和弘化工作，活得开心，活得有意

义才行。”

她好奇地问道：“那就太好了！你准备怎么做呢？”

我坚定地回答：“我决心写作，就从现在开始。请你为我取下参阅的书籍，准备需要的纸笔，以及一块家里现成的棋盘作垫板。”

当天短短的对话，却令我从无助绝望的困境，看到新的意义和希望。我期许自己，把东方的禅佛学和西方的心理学结合起来，变成生活的智慧；鼓励自己，把学过的理论和累积的实务经验融合在一起，成为活泼实用的生活新知，分享给广大的读者。

我边研究边写作，边修持边疗伤，健康慢慢有了转机，能恢复上班工作。历经两年的煎熬，我的伤势大部分康复，写作却成为业余的爱好。从1985年出版第一本书开始，我的所有著作都经秀真校对，她还给予许多建议和指教。有她的支持，一起分享作品的内容，写作变得更有意思了。

住院治疗期间，老友王荣文先生，远流出版公司的董事长，到医院探视。我送给他一本佛学的演讲稿，本意是希望他也能学佛，没想到过了几天，他却到医院告诉我：“我要出版这本书。”

我惊讶地说：“那是佛学讲义，你把讲义当书来出，届时卖不出去，你会亏本的。这样我心不安，不行的。”

他说：“那么就请你把它写成大家喜欢读的书，反正我要出版。”

就这样允诺稿约，经过修改增补，《清心与自在》于是出

版，而且很快畅销起来。因为那是第一本融合佛学与心理学的创作，受到好评殊多。尔后的每一本书，都针对一个现实的主题，扎根在心理、佛学和教育的学术领域，活化应用于现实生活。

禅佛学自 1985 年开始，在学术界和企业界，逐渐蔚成风气，形成管理心理学的一部分，企业界更提倡禅式管理、禅的个人修持，这都与这一系列的书籍出版有关。

后来我将关注焦点转移到教育和亲职，相关作品提醒为师为亲者应注意到心理健康、学生辅导、情绪教育等，对教育界也产生了广泛的影响。教师的爱被视为一种能力，亲职技巧受到更多重视，我的书符合了大家的需要，并受到肯定，例如《觉·教导的智慧》一书就获颁台湾金鼎奖。

在实务工作中，我发现心灵成长和励志的知识，对每一个人都非常重要。于是我着手写了好几本这方面的作品，许多家长把这些书带进家庭，促进亲子间的和谐，并帮助年轻人的心智成长；许多大学生和初踏进社会的新人，都是这些书的读者；许多民间团体和读书会，也推荐阅读这些作品。

唯识学是佛学中的心理学，我发现它是华人社会中很好的谘商心理学。不过原典艰涩难懂，于是我着手进行整理和解释，融会心理学的知识，形成了一套《唯识心理学系列》。此外，禅与谘商辅导亦有密切的关系，我把它整理为禅式谘商，兼具理论基础和实用价值，对于现代人的忧郁、焦虑和暴力，有良好的对治效果。目前禅与唯识，在心理谘商与辅导的应用方面蓬勃发展。每年我要外作许多场次的研习和演讲，这正是这个趋势的

写照。

二十年来我在写作上的灵感和素材源源不绝,是因为关心现代人生活的适应问题和心理健康。我从事心理谘商的研究和实务工作超过三十年,个案从儿童青少年到青壮年及老年都有;类别包括心理调适、生涯、婚姻谘商等,我也参与过临终谘商及安宁病房的工作。我对于人类心灵生活的兴趣,源自个人的关心;当我晤谈的个案越多,对心理和心灵的调适领会也越深。

我的生活历练相当丰富。年少时家境穷困,我为了谋生而打工务农,当过建筑工、水果贩、小批发商、大批发商,经济能力稍好,才有机会念大学。后来我当过中学老师,在大学任教多年,担任过公务员,也负责主管台湾各级学校训辅工作多年,实务上有许多的磨练。

我很感恩母亲,她从小鼓励我上进,教我去做生意营生。在我7岁时,她就带我入佛门学佛,让我有机会接触佛法,接近诸山长老和高僧,打下了良好的佛学根底。我也很感恩许多长辈,他们给我机会参与科技工作长达十余年,从而了解了社会、经济、文化和心理特质,是个人心灵生活的关键因素。如果说我观察个案的眼光稍稍开阔一些,助人的技巧稍微灵活一点,都是因为这些历练所赐。因此在写作时,每一本书的视野,也变得宽博和活泼实用了。

现在我已过耳顺之年,但还是对于二十余年前受重伤所发的心愿,珍惜和努力不已,希望在有生之年,还有更多精力从事这方面的研究和写作。写作、助人及以书度人,是我生命意义中很重要的一部分,我会充满欢喜地继续工作下去。

变迁社会中教师的角色

在传统的社会里,经济、政治、文化和生活方式变化不大,信息传播缓慢,行业变动较少,人们所需要的技术、知识和能力亦不多。因此,教师所承担的传道、授业和解惑的责任,主要在传授既有的伦理、知识、经验和文化素材,再收集为数不多的社会创新,就足以传授学生新知了。因此,传统社会的教师以教书为主,辅导待人接物为辅。

但在今天这个信息化的社会,由于生产技术不断创新,产品和市场不断消长,每个人都必须不断学习新知和技术,又因为,经济生活方式带动社会的解组和重构,生活不再是平静的样态,而是不断重新洗牌。因此人们必须适应不断转业或创业的挑战,其所需要的知识、能力和心理调适机能,都必须要比以前的世代强才行。于是教育重视培养创造力、主动学习、解决问题的能力、人际关系与合作,以及国际观等能力。

此外,由于追求效率和竞争,生活和工作变得紧张焦虑,情绪教育便成为新的焦点。随着网络视讯日益发达,孩子们一头扎进其中,于是运动减少,饮食又失衡,身体素质下降也

成为新的问题。又因为我们过度强调升学和拥有高学历，因此升学竞争的压力，造成了生活教育和品德教育的疏忽，于是大家又呼吁生活体验与品德教育的重要性。

教师面对这样快速复杂的社会变迁，应该如何施展其爱的教育，来育成下一代，便成为教育上重要的议题。经过一番观察研究，我在修订版《教师的大爱》中增加了一个新的议题——师爱与教育变迁，其内容约为全书的五分之一，对于教师如何适应社会变迁，作了详细的论述。呼应内容的增列，序言中我想先谈谈变迁社会中教师的角色，作为全书的导引。我认为现代教师的角色包括：

1. 主动的学习者

教师为有效引导学生成为主动的学习者，必须身先士卒，做学生的典范，展现主动学习的身教。教师应该广泛阅读，在教学之中表现出广博的知识；要多方面参观，诸如农渔业、高科技业或重要建设，都值得组团参观，增加视野，拓展教学的深度和广度，并与现实结合。

教师所具备的知识和见识越广博，学生对他的认同就越深，接受教导的意愿也越强。更何况丰富的知识和见识，能引导学生发展兴趣，帮助其开展多方面的知能。

心理学有不少研究指出，一个人的成就与在学成绩并没有太大的关联，倒是主动学习的人，把自己的时间和精力放在所做的事业上，不断地研究和努力，因而获得成功。教师引导学生成为主动的学习者，对学生的未来前途，有决定性的帮

助;此外,主动学习的教师,对于教学工作也较能胜任。

2. 情绪的陶冶者

台湾社会忧郁症人口不断增加,高中职的青少年约有7%~11%的人,表现出忧郁症状,至于情绪上有忧郁特质的人,则高达30%。忧郁症患者无法适应紧张、竞争和快速变迁的社会,严重时则会出现失能的现象,也就是说,患者会无法工作和不能正常生活。忧郁症的发生有许多原因,但最重要的因素是习得的无助,它的核心问题是悲观的思考模式。心理学研究指出:乐观的父母和教师,教出乐观的孩子;悲观的父母和教师,教出悲观忧郁的孩子。

因此,教师在教学时,要表现乐观的思考模式,陶冶孩子对未来的预期,抱着希望;指导孩子遇到挫折时,不要陷入悲观的思考。教导的关键是设法解决问题,而不是无助地悲伤和沮丧。此外,教师对愤怒、性急、紧张、焦虑和厌倦等负面情绪的处理,也要作正确的表率。

3. 思考的启发者

知识和信息固然重要,但解决问题的能力更为重要。无论哪一种智能的学习,都要重视思考,而教师必然要扮演思考的启发者的角色。

思考的启发要重视历程,尤其是明朗化经验的提供,通过引导学生的好奇、观察、归纳和推论,进行试验和求证,从而使他们得到兴趣、方法和满足。

思考的启发要借重小组动力或合作学习，指导学生做团队学习，这对于学生未来在职场上的适应，有关键性的帮助。合作学习可以提升学生多方面的能力和创意，并使他们从中学到人际关系、合作态度、思考方式，经受脑力激荡。

4. 生活的教导者

生活的基本知能，特别是信息化社会中实际有用的生活本事，要通过指导、耳提面命传达给学生。生活需要一套好的纪律，而且要把它培养成习惯。我相信好的生活习惯，会带来健康和效能；好的人际习惯，会带来健全的人际网络，而有益健康，有助于创造善缘和机会。

健康的心理需要一套有效的纪律，那就是延缓报偿和耐性、负起责任、面对真实和求取平衡。良好的生活则建立在自我控制上，能控制时间、控制金钱和控制情绪的人，往往就是生活的赢家；反之，自我控制失灵的人，则会陷入网络成迷、卡奴、吸毒或纵欲无度的境地，造成生活困境。

教师要促请家长作生活纪律的培养，否则孩子无法适应复杂的现代社会。生活的教导一旦被疏忽，学生就会缺乏生活的基本章法，造成生活上的挫败。

5. 生命的珍爱者

每一个学生都是一个宝贵的生命，都具有很大的潜能，教师要珍惜每一个学生，启发他们的智慧，培养其健康的身心，给他们爱和鼓励，带领他们走向光明的人生。

教师要重视生命教育,教导他们爱惜生命,引导他们茁壮成长,并启发其生命的意义。学生要学会自爱,但同样也要学习爱人,从敬爱父母长辈,到对社会的关怀和行动,诸如小区服务、救助弱势群体等。教师能教导孩子发展大爱的精神,社会才有希望,个人的生命才会变得丰富而有意义。

在变迁快速的信息化社会,教师责无旁贷,必须扮演这几个角色特质,才能发展师爱的影响力,把孩子带上成功的人生坦途。

教师的爱表现在每一次的教导,出现在每一个学生眼前,他是学生的贵人。大部分的人对于自己所领受的师爱,都会永远缅怀。他们的回忆是:我的学识或品德,是老师为我打下的基础;老师一句勉励的话,带给我上进的力量;老师的治学态度令我敬佩,因而向他学习。但我也听过一些悲叹的回忆,因为老师创伤了他的自尊或心灵。

我们期待每一位教师都具备有能力的爱,都能当学生一生的贵人,指引学生走向成功和幸福。这本书就是为这个意义而写的。

点燃心灯,师爱无限

爱是人类精神成长的沃土。我们的生命来自爱,成长也来自爱。当我们在爱人时,觉得生命力量是活泼丰沛的,在被爱时则觉得无比温馨与幸福。

在家庭和学校里,爱几乎是教育的全部教材。有了爱,环境再困苦,孩子还是会健全地成长;失去爱,即使是富裕的境遇,幼小的心灵仍不免枯萎。所以我说爱就是教育的力量,也是文化大树的主干。

今天的教育呈现出许多问题,那是因为我们没有真正去爱,或者我们的爱出了问题。我认为爱是一种能力,而不是一种欲望和占有。能力使一个人能给予孩子的成长以指导和关心,愿意负起责任去作正确的教导;欲望是一种占有的表现,只希望孩子的成长迎合自己的意思。无能的爱往往与野心或贪婪结合,它表现为索取和要求,而不是照顾和启发。

野心所衍生的爱只求好的结果,不管孩子成长的过程,不顾孩子的本质,不问为什么他失败,只是一味地苛责、处罚,甚至是凌辱。有能力的爱是在人格世界中,靠着心灵的开放,与

孩子一起从生活中互相关怀、互相支持，从而使他们获得心智成长。

教育在于点燃孩子的心灯，教师的爱就是火把和光亮；如果教师心中的火焰熄灭了，就燃不亮孩子心灵世界的光明。

教育研究者必须心存爱，其所研究的结果才能符合孩子成长的需要，否则所做的研究也只不过是资料的堆砌，对于教育并无实益。教育行政人员如果没有爱，那么他所办的是行政和学校，而不是对孩子有益的教育。

今天的教育最缺乏的是爱，而不是设备和资源。我屡次在教师研讨会中征询校长和教师的意见：“你认为学校里称职的教师，能够把孩子教好，有爱心、有责任的教师有几成？”他们告诉我说七成，有的人说五成，大部分的人说约有六成。

为什么会不称职呢？当然是爱心的问题。我不能说教师没有爱心，而是说教师所给予孩子的爱不属于有能力的爱。没有能力的爱不能令对方得到温暖和启发，不能引起孩子主动自发和走向自我实现的响应。

近几年来，台湾社会青少年犯罪率上升，师生冲突的个案时有所闻，中途辍学的学生也不断增加，而就心理卫生指标方面来看，青少年自我伤害、吸毒、拒学等行为，亦值得关心。我深知拯救这些现象的唯一希望是教师，他们愿意学习，让自己给孩子的爱比以前更丰富、更有能力，那么我们的社会就有了希望。

我观察了许多学校，和许多教师交谈，并把许多感人的发现写在这本书里，希望和每一位教师分享。这本书只提出三

个问题:其一是教师爱的实现;其二是从优点中发现学生的自我;其三是支持并培养孩子的豪气。我认为只要能把握这三项,就能使教师的爱活化起来。

本书是为教师而写,同时也为父母而写。就教育而言,教师和家长的爱没什么本质上的差异,有能力的爱必能培养人格健全的孩子。

近年来,暴力的书籍、漫画、电影和电动玩具,提供了许多怪力乱神的虚妄故事。在孩子的观念中,输入的暴力越多,越不好管教;吸收的敌意越强,人性面就越受扭曲。我们要多提供生活中的爱来补足其疏离的现象,而这本书能给你一些基本实用的建议。

这本书有些是我自己教育孩子的体验,有些是自我成长的反省,而大部分的素材是心理谘商的经验,以及在教育工作中的观察。我把它整理成书,希望对教师和家长都能有所帮助。

目 录

总序 我的创作历程	001
新版序 变迁社会中教师的角色	007
原版序 点燃心灯,师爱无限	013

第1章	师爱与教育变迁	001
	变迁社会中的师爱	003
	缔造健康的社会性格	014
	辅导管教的新挑战	019
	在变迁中成长	028

第2章	师爱的影响力	029
	师爱的实现	031
	爱是心智成长的契机	048
	开悟的爱	068
	有能力的爱深远流长	088