

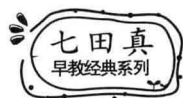
国际右脑开发权威
儿童早期教育专家

【日】七田真 著

思可教育译
马思延 审校

七田式「心灵教育」





国际右脑开发权威
儿童早期教育专家

【日】七田真 著

思可教育译
马思延 审校

七田式「心灵教育」

龍門書局
北 京

著作权登记号: 01-2012-1582

版权所有 翻印必究

举报电话: 010-64031958; 13801093426

邮购电话: 010-64034160

图书在版编目 (CIP) 数据

七田式心灵教育 / (日) 七田真著; 思可教育译. —北京: 龙门书局, 2012.4

ISBN 978-7-5088-3523-5

I. ①七… II. ①七…②思… III. ①早期教育: 家庭教育
IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 042992 号

责任编辑: 郝明慧 张丽婷 / 封面设计: 后声文化

龙 门 书 局 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

www.longmenbooks.com

中国科学院印刷厂印刷

科学出版社总发行 各地新华书店经销

*

2012年4月第 一 版 开本: 32 (900 × 1245)

2012年4月第一次印刷 印张: 7

字数: 54 000

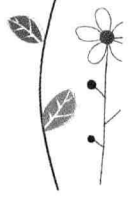
定价: 22.00 元

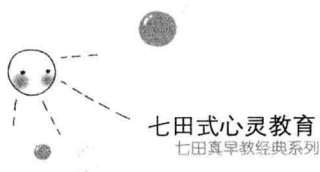
(如有印装质量问题, 我社负责调换)

总 序

经过近一年的准备，“七田真早教经典系列”终于和广大读者见面了！此前“七田式的图书”也陆续有几十种翻译成中文出版发行，可是像这样经过精心选择、编辑，并以丛书的形式问世，还是第一次。这里要感谢思可教育，感谢马思延先生，还要感谢非常“给力”的龙门书局！

在我很小的时候，父亲七田真就经常跟我讲他在中国的故事：他的出生地大石桥是怎样的地方，后来跟随做工程师的父亲移居大连、北京，直到16岁踏上日本国土时的情景。父亲热爱学习、喜欢钻研，中国文化博大精深，5000年来的各种经典著作想必是他最佳的精神食粮。迄今在父亲故居中还可以看到他细心批注的《论语》、《大学》、





《中庸》，在他留下的 200 多册作品里，也常常有中国传统文化的影子，甚至在他去世后留下的随笔中也有一篇名为《记忆中的北京》。可见，“中国”这两个字在父亲的一生中具有举足轻重的地位，如果他知道自己倾注毕生精力创办的“七田式教育”能够回到中国这片“故土”上生根、发芽、开花、结果，我想他心中肯定会更加饱满、更加骄傲！

“七田真早教经典系列”能够在中国如此“隆重”地出版，也和七田真国际教育中心正式进入中国息息相关。2009 年年底我们授权思可教育为代理机构。2010 年 9 月 1 日中国首家教学中心，也是全球第 518 家中心，在深圳市天利名城正式开学。2011 年年底，2012 年年初，七田真国际教育中国第二、第三家中心也相继开学，也让我们的全球教学中心增加到了 525 家。

我们相信每一个孩子生来都有巨大潜能，这些潜能可以通过科学的方法开发出来，并保持下去，



就像鲜花经过浇水、施肥、日光沐浴后终会绽放一样。而爱心是开发潜能的基础，宝宝只有在满满的爱心呵护之下才能有充分的自信，潜能也才可以无拘无束地发挥出来。就像土壤对鲜花一样，爱是孩子成长的基础；同时爱也是有原则、有方法的，绝不等于溺爱。给予孩子爱的同时也要严格，要教育孩子学会忍耐。教育的目的不只是上一所好的小学、中学、大学，更重要的是培养孩子走入社会时必备的能力，培育他们的心灵。所以我们一直倡导的是，用认可、赞赏、爱护来培养全人格的宝宝。

本次出版的“七田真早教经典系列”共有6册：《七田真神奇胎教法》、《培养优秀宝宝——父母必备的70个习惯》、《七田真0—6岁育儿法》、《七田式心灵教育》、《七田真育儿圣经——认可、赞赏、爱护的教育》、《七田式“天才养成”33堂课》，是从七田真留下的大量图书中精挑细选出来的，涵盖了七田式教育的主要内容。从胎儿期开始，从理论与实践两个角度指导父母如何与孩子建立



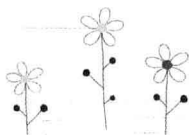
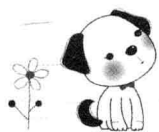


良好亲子关系，如何在爱心的基础上培养心性美好、左右脑均衡发展的宝宝。我希望这套丛书能够帮助中国的家长在教育的路径上找到正确的方向，体会到育儿的乐趣；更加希望伴随着七田真国际教育在中国的发展，有越来越多的中国宝宝有机会接受以心灵教育为目的、重视宝宝综合素质的七田式教育！

七田教育研究所 七田厚

2012年3月19日

004



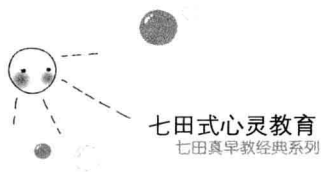
序言

要重视体谅他人

随着时代的发展，育儿方法也在不断变化。我们在借鉴前人留传下来的育儿方法时，绝不能照抄照搬。

以我之见，与过去相比，如今培育孩子愈发困难。过去的孩子可以在自然环境中轻松愉快地成长，就连孩子之间的人际关系也远比现在丰富。现在的孩子很少有机会在自然环境中玩耍，比起与人接触，他们更热衷于看电视或是玩电子游戏，朋友之间的关系非常淡薄。与此同时，他们的大量时间都得用来应对考试，放学后的各类补习甚至会持续到深夜。他们要与朋友比成绩，所以相互之间很难做好朋友，



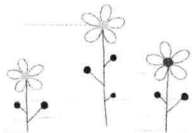


更像是竞争对手。如今的孩子正陷入这样一种贫乏的人际关系怪圈中。

此外，公共教育环境的变化也不容忽视。“二战”前的教育内容中曾包括道德教育这一科目，可如今课时安排里却取消了。所谓的专家在设计教育内容时过于偏重知识教育，这恰恰助长了自私自利价值观的滋生，使“成绩第一”的观念成为当前的主流思想，而体谅朋友、培养梦想、树立志向，以及以己身为社会做出贡献等内容几乎成为教学的盲点。

为了改变这种状况，需要引进宽松式教学模式，但此模式容易引发学习能效降低等问题。于是，教学模式的重点又转换为重视学习能效等方面。总之，问题层出不穷，让人穷于应对。

目前，全球教育的主流发生了巨大变化。很明显，当前的教学模式更注重培养孩子的自学能力、思考能力和灵活运用能力，过去一直沿袭下来的单纯填鸭式教育已经退出了历史舞台。然而，日本却



逆主流而行，依旧沿用过去偏重于教授知识的“老师教、学生学”的方式，如此一来，孩子的心灵怎么可能成长得丰富多彩呢？

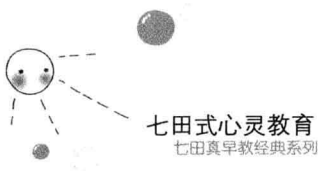
对于如此重要的子女教育问题，父母一定非常重视，但过去的传统教育标准几乎起不到任何作用。这就需要新的教育观、价值观，需要重新考虑幼儿期的育儿、心灵呵护、学习能效等有益于培养孩子的诸多课题。

为了改善因目前盛行的自私自利价值观而导致的不甚融洽的人际关系，构筑充满关爱的社会，我们必须考虑一种新的教育方式，即爱的教育。

培养孩子任重而道远，从孩子出生伊始，就得开始爱的教育。如何去赞美，如何去责备，如何去忍耐，如何去培养孩子的梦想，这些都是需要慢慢探索的，我们还要将培养梦想、道德教育、对社会的贡献融入到一个系列流程里。

因此，知识教育与理性教育固然不可缺少，但除此之外，一定要进行心灵教育、感性教育，让孩





子学会体谅他人。

关于应该怎样认识上述教育内容，本书将会结合实践来讲述。

下面，我先摘录两位正在使用“七田式学习法”来培育孩子的母亲的来信，简单介绍“七田式教育”中的部分内容。

前几天，女儿的小学老师在联络簿上这样写道：

“小丁非常乖呢！对朋友也非常亲切，你们做家长的是如何培养出这种素质的孩子呢？真是了不起呀。”

说起“七田式教育”的特征，除了想象训练、右脑教育、背诵等环节，我认为最大的特征应该是亲子间爱的传递吧。“父母如果怀着一颗体谅他人的心来培养孩子，孩子就会变得懂事。”我以前完全不了解这种培养方法，是七田教室的老师们把传达爱的具体方法教授给了我，也因此，我女儿才会成长为现在的样子。



七田教室的老师们告诉我：不仅要注重智力方面，更要重视孩子的人格形成。我真的非常感谢他们，也会将他们的嘱咐铭记在心。

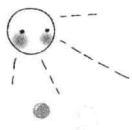
衷心期望孩子的脑力得到充分开发，有一天能为社会做出贡献，今后我还会继续努力培养好孩子的。

M.T（小学一年级 / 七田教室学习第三年）

三年前，当有生理缺陷的 T（次女）上幼儿园被拒绝后，我非常苦恼。也就是在那个时候，我了解到推崇心灵教育的七田教室。当时，我们夫妻俩再三考虑，总觉得应该为孩子做点什么。女儿从那时开始进入七田教室学习。

七田教室很热情地接纳了我的孩子，我也在那里学到了如何向孩子传达爱，如何怀着尊重孩子的心情来培养她。同时，T 通过七田课程的学习，会做的事情越来越多，自信心大增。当初上幼儿园被拒绝的事早已被抛到九霄云外，她变得



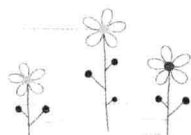


充满活力。

现在她每周都很期待去七田教室上课，满脸笑容地进入教室，接受快乐的课程和老师们温柔的话语，然后心满意足地回家。每当我们问她：“你最喜欢七田教室课程中的哪个环节呀？”她总是回答：“全都喜欢。”现在，女儿的梦想是“去法国成为一个真正的西点师”。

女儿能像现在这样一点点地向前走，对生活充满希望，与我本身心情的转变以及全家人专注的爱是分不开的。七田教室的老师，真的非常感谢你们。

T.I（小学三年级 / 脑性小儿麻痹 / 七田教室学习第三年）



目
录

第 1 章 教育的基础是爱

育儿的基础是传达爱 /002

通过肌肤接触来传达爱 /005

培养自信心是幸福育儿的关键 /008

父母的态度决定孩子的自信心 /011

为什么右脑非常重要 /015

开发右脑可以打开孩子的心灵 /018

通过父母的刺激形成孩子的思维 /021

在育儿过程中爱和共鸣非常重要 /024

第 2 章 希望能让每个孩子都展现自己的能力

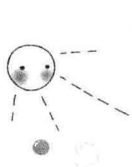
相对于 IQ 教育，孩子更需要 EQ 教育 /028

心灵教育“五个步骤” /031

让孩子发现未来的道路，让孩子的能力都能“开花结果” /034

让孩子朝适合发展的方向尽情发挥 /039





帮助孩子个性的成长 /042

如何培养有个性、自立的孩子 /045

控制自己的情绪，体谅他人 /047

第3章 铸就人生理想的心灵教育

培养有理想和目标的孩子 /052

以志益人 /055

心灵教育 /058

让孩子拥有磨炼心智的人生指导书 /061

使孩子拥有理想和志向的方法 /065

德行比才能更重要 /068

传达正确生活方式的阴阳法则 /071

每个人都能成为真正的领导者 /073

育儿过程中要怀有“爱”与“敬”之心 /076

家庭教育需要父亲的参与 /079

对孩子也要有尊重之心 /081

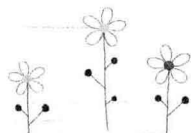
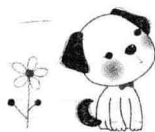
以尊重之心来对待，孩子也会改变 /084

要尽力维护亲子关系 /088

让孩子拥有感谢自然之心 /091

父母与孩子共同体验大自然 /094

亲子共同学习如何生活 /098



第4章 培养孩子发挥能力找寻理想的方法

对待孩子的六大要点 /102

经常被拥抱的孩子心灵成长得更好 /106

通过拥抱增强亲子之间的信赖感 /109

孩子成长过程中的逆反期 /112

通过语言交流创造孩子健康成长的环境 /116

孩子在父母的鼓励中成长 /119

“满足孩子的一切要求”是不可取的 /122

培养出不懂得体谅他人的孩子，其责任在于家庭 /125

关注孩子情绪的发育 /127

父母要成为培育幼儿心灵的教练 /130

通过“我相信你”来培养孩子的自立意识 /133

假爱说一百次也会变成真爱 /136

认可孩子的自然模样 /139

向孩子传达爱的“8秒强力拥抱法” /141

生第二个孩子时，首先要对第一个孩子表示爱 /143

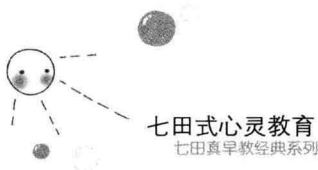
传达不变的爱——“5分钟暗示法” /146

每天五次赞扬孩子的优点 /149

听听孩子的心声 /153

倾听孩子说话的“回声法” /156





通过语言的传递实现心灵的传递 /158

第5章 人人都能成为为他人竭尽全力的领导者

世界上存在两种教育模式 /162

公共教育过于偏重左脑教育 /165

不仅要重视左脑教育，更要重视右脑教育 /168

开始受关注的右脑教育 /171

右脑和左脑的作用不同 /174

右脑和左脑的平衡非常重要 /178

世界各国均引进右脑教育 /180

摒弃“考前补习班” /183

“二战”后的教育模式培养不出“体谅”的性格 /186

每个人都能成为领导者 /190

成为领导者的七个必要条件 /193

对培养优秀孩子的七点建议 /196

学习为他人竭尽全力 /200

后记 唤醒生命 /203

004

