

선물같은 너를 만난 날

那一天，遇见美好的你


传递母爱的40周胎教涂色书

[韩] 洪源泽 著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS





선물같은 너를 만난 날

那一天，遇见
美好的你

传递母爱的40周胎教涂色书

[韩] 洪源泽 著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

即将第一次见到来到这个世界上的孩子。

从女人到妈妈、从男人到爸爸的准妈妈和准爸爸，

所有的第一次都被激动、期待和希望填满了。

用丰富多彩的颜色来表达那种幸福的感觉吧。

这本书是为马上要和孩子见面的准父母们传达爱的信息而写的一本书。胎教涂色书能够稳定准妈妈们的的情绪，缓解孕期压力，孩子也可以从中获得好的情感体验。哪怕是孩子已经出生了，你可以通过这本书重温过去妻子或者自己怀孕时期以及当时一家人的日常生活，体会美好幸福家庭的欢乐时光。

THE DAY I MET YOU

Copyright © 2015 by Won taek Hong

All rights reserved.

Simplified Chinese translation Copyright © 2016 by China Machine Press

Simplified Chinese language edition is arranged with Wisdomhouse Publishing

Co.,Ltd. through Qiantaiyang Cultural Development (Beijing) Co.,Ltd.

本书由Wisdomhouse Publishing Co.,Ltd.授权机械工业出版社在中国境内（不包括香港、澳门特别行政区以及台湾地区）出版与发行。未经许可之出口，视为违反著作权法，将受法律之制裁。

北京市版权局著作权合同登记 图字：01-2015-6955号。

图书在版编目（CIP）数据

那一天，遇见美好的你：传递母爱的40周胎教涂色书 / [韩] 洪源泽著.

—北京：机械工业出版社，2016.4

ISBN 978-7-111-53802-8

I. ①那… II. ①洪… III. ①绘画技法—通俗读物 IV. ①J21-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2016）第108938号

机械工业出版社（北京市百万庄大街22号 邮政编码100037）

策划编辑：姚越华 责任编辑：姚越华

封面设计：吕凤英 责任校对：陈延翔

责任印制：李 洋

北京汇林印务有限公司印刷

2016年7月第1版·第1次印刷

210mm × 285mm · 6.75印张 · 102千字

标准书号：ISBN 978-7-111-53802-8

定价：42.00元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

服务咨询热线：（010）88361066

读者购书热线：（010）68326294

（010）88379203

封面无防伪标均为盗版


网络服务

机工官网：www.cmpbook.com

机工官博：weibo.com/cmp1952

教育服务网：www.cmpedu.com

金书网：www.golden-book.com



선물같은 너를 만난 날

那一天，遇见
美好的你

传递母爱的40周胎教涂色书

[韩] 洪源泽 著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

即将第一次见到来到这个世界上的孩子。

从女人到妈妈、从男人到爸爸的准妈妈和准爸爸，

所有的第一次都被激动、期待和希望填满了。

用丰富多彩的颜色来表达那种幸福的感觉吧。

这本书是为马上要和孩子见面的准父母们传达爱的信息而写的一本书。胎教涂色书能够稳定准妈妈们的的情绪，缓解孕期压力，孩子也可以从中获得好的情感体验。哪怕是孩子已经出生了，你可以通过这本书重温过去妻子或者自己怀孕时期以及当时一家人的日常生活，体会美好幸福家庭的欢乐时光。

THE DAY I MET YOU

Copyright © 2015 by Won taek Hong

All rights reserved.

Simplified Chinese translation Copyright © 2016 by China Machine Press

Simplified Chinese language edition is arranged with Wisdomhouse Publishing

Co.,Ltd. through Qiantaiyang Cultural Development (Beijing) Co.,Ltd.

本书由Wisdomhouse Publishing Co.,Ltd.授权机械工业出版社在中国境内（不包括香港、澳门特别行政区以及台湾地区）出版与发行。未经许可之出口，视为违反著作权法，将受法律之制裁。

北京市版权局著作权合同登记 图字：01-2015-6955号。

图书在版编目（CIP）数据

那一天，遇见美好的你：传递母爱的40周胎教涂色书 / [韩] 洪源泽著.

—北京：机械工业出版社，2016.4

ISBN 978-7-111-53802-8

I. ①那… II. ①洪… III. ①绘画技法—通俗读物 IV. ①J21-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2016）第108938号

机械工业出版社（北京市百万庄大街22号 邮政编码100037）

策划编辑：姚越华 责任编辑：姚越华

封面设计：吕凤英 责任校对：陈延翔

责任印制：李洋

北京汇林印务有限公司印刷

2016年7月第1版·第1次印刷

210mm × 285mm · 6.75印张 · 102千字

标准书号：ISBN 978-7-111-53802-8

定价：42.00元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

服务咨询热线：（010）88361066

读者购书热线：（010）68326294

（010）88379203

封面无防伪标均为盗版

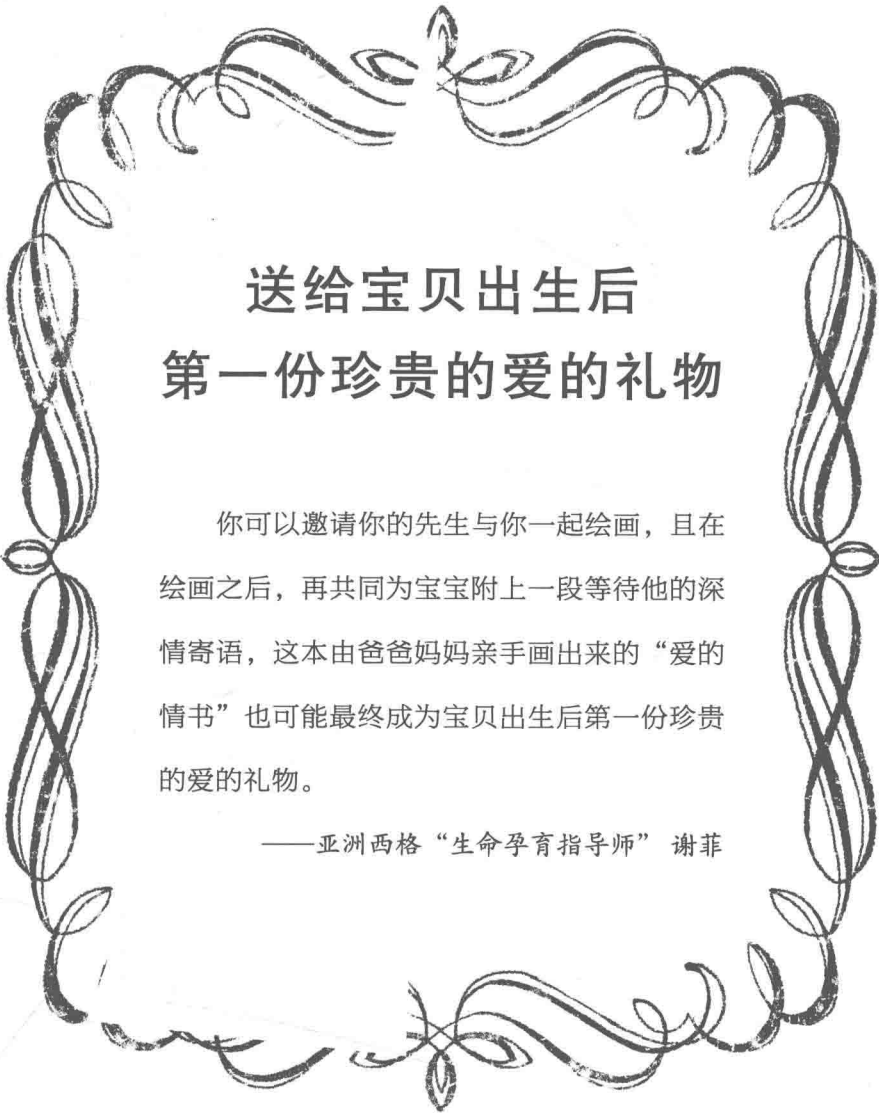
网络服务

机工官网：www.cmpbook.com

机工官博：weibo.com/cmp1952

教育服务网：www.cmpedu.com

金书网：www.golden-book.com



送给宝贝出生后 第一份珍贵的爱的礼物

你可以邀请你的先生与你一起绘画，且在绘画之后，再共同为宝宝附上一段等待他的深情寄语，这本由爸爸妈妈亲手画出来的“爱的情书”也可能最终成为宝贝出生后第一份珍贵的爱的礼物。

——亚洲西格“生命孕育指导师”谢菲



推荐序



为宝贝画一本爱的“情书”

知妈堂孕期教育中心副总裁

谢菲

亚洲西格“生命孕育指导师”

在陪伴了数千位妈妈孕育的时光中，我见证了各种各样因为怀孕而与艺术结缘的妈妈们，有的画了孕期生活的手绘本，有的做了业余服装设计师，有的成立了自己的花艺工作室。而让你想不到的是，她们在孕前是严谨的精算师、激情的创业者或者专业的媒体人。每每聊起这些过往经历，她们依然在语气中充满了讶异：“真奇怪，我不知道为什么就突然喜欢上了写写画画、做做玩玩，这可是我大学毕业后从来都没碰过的东西呀……工作以后就更别提了……”

其实，这些变化并不奇怪，我更期待你能把这变化本身看成是一次“自己内心深处的觉醒”，也可以理解为这是天使宝贝要你给予他爱的需求，或是家族艺术基因的

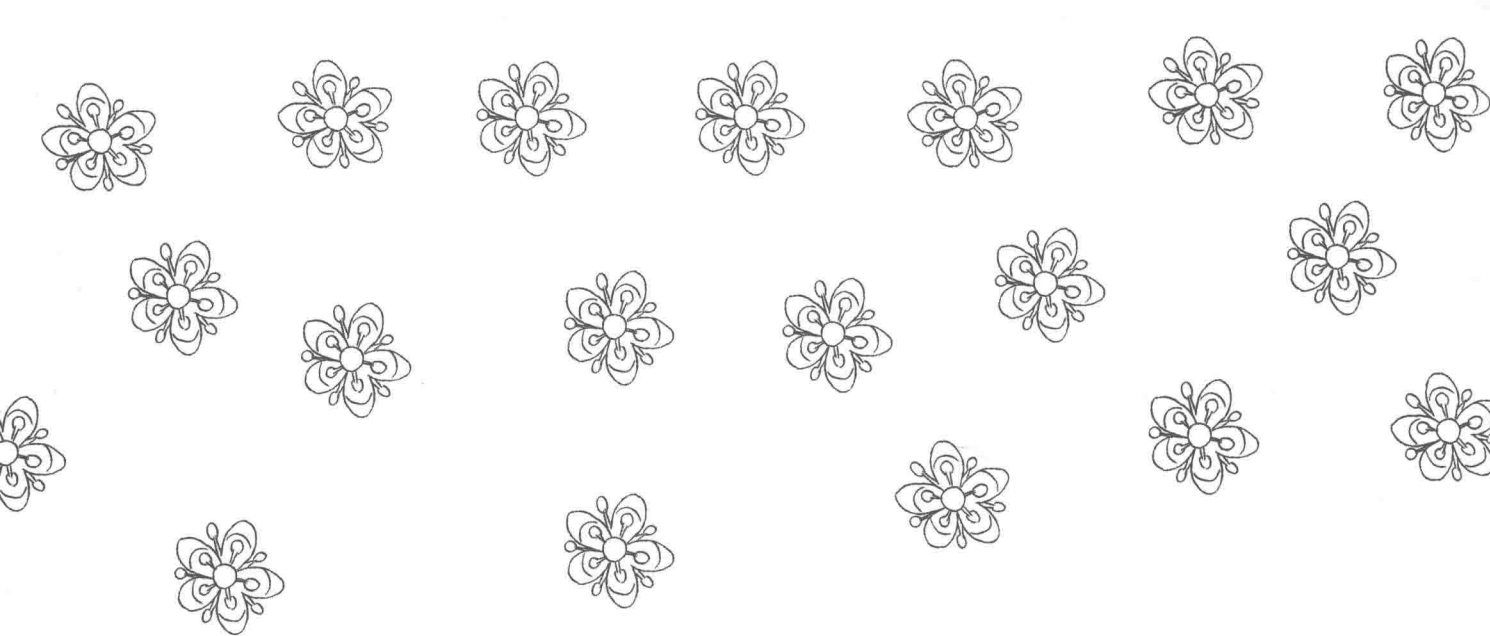


一次显化，更可以充分享受这样一次生命创作力的彻底激发。而你手中现在捧着的这本书，恰恰是一位新爸爸诞生的一个“艺术宝贝”。你看，连爸爸都被新生命的到来点燃了如此巨大的创作灵感！所以我说：与艺术相伴的人，就是与美相伴，与幸福同行。

很多准妈妈在孕期会给宝贝做胎教，甚至认为只需要听听音乐就可以。其实艺术胎教所包涵的方式有很多：美的声音、美的色彩、美的语言、美的味道、美的体态甚至是美的感受与美的创造都在其中。而胎宝贝也可以全然而充分地感受这所有与美有关的信息，因为他的五大感觉系统在出生前就全部发育了呦！

如果你乐意，可以拿起这本书，带着你腹中的宝贝，一起徜徉在只属于你们的艺术胎教时光中。这个过程带给你自己和宝贝的滋养，远远大于你的想象。

艺术创作本身就是一种积极而充满愉悦的体验，过程中是一次你对自己的探索，你会找到对色彩的感觉，逐渐拥有驾驭色彩的能力，在绘制的过程中右脑与空间、色彩、创造有关的能力会被充分激发……这些所有的色彩、视觉、记忆等信息，又会通



过你的身体源源不断地输入胎宝贝正在发育的大脑。

创作过程中，你将会在不知不觉中进入到高度专注的忘我体验中，此刻，你身体的内在将可能会经历一种叫做“心流”的美妙过程。这是一种巨大的能量，它不会让我们感觉时间的流逝、饥饿以及劳累，反而会让我们每一个细胞都充满幸福与喜悦，那些在孕期隐隐的每一丝不安的情绪都会被默默地带走……

你可以邀请你的先生与你一起绘画，且在绘画之后，再共同为宝宝附上一段等待他的深情寄语，这本由爸爸妈妈亲手画出来的“爱的情书”也可能最终成为宝贝出生后第一份珍贵的爱的礼物。

当然，为了准妈妈与宝贝的健康，我必须还要给你一些重要的提示。



1. 不要急于一口气画完。罗马不能一日建成，这个画册甚至是一幅画也不可能一气呵成，你要吃要动要休息要与先生聊聊天，这也是一个自我控制的练习。



2. 一次涂色不要超过半小时。孕期女性的眼睛特别容易疲劳，你持续地去涂色，眼睛过度使用，最后不舒服的是自己。半小时集中玩，然后让眼睛全然放松，要不真是得不偿失。久视伤肝，甚至会让你的情绪变坏。



3. 涂画的时候注意常变换姿势。你需要有正确的坐姿，否则你的身体各大关节的压力就会增大，趴着或站着姿势请杜绝。你的姿势直接决定了宝宝在你肚子里的舒服程度，特别是久坐弓着腰的状态，孕晚期的妈妈尤其要避免。



★ 4. 我很建议你用左手画哟！这是激发右脑的一个好玩又有价值的体验，无论是对你的手眼脑协调还是对于胎宝宝而言，都非常棒，你不妨尝试一下。

★ 5. 如果你愿意，在涂色的过程中可以配上你喜欢的音乐。多元化胎教的叠加在此刻是美好的体验。相信你会觉察到，原来不同的旋律会带给你不同的色彩感受。因为音画通感是人类才有的神奇体验。

我很是期待，每一位父母都能在内心感恩来到自己生命里的这位天使宝贝，因为，一旦当你遇到美好的他，也将遇到更美好的自己。

因为，他将用自己的生命唤起你对生命的思考，

因为，他将用自己的成长陪伴你心灵的成长，

因为，他将用自己的未来成就你幸福的家庭。

最后，祝每一位妈妈都能在孕育中体验幸福，因为，只有幸福的父母才能孕育出幸福的宝贝。



序言

在准备写作这本书的时候，脑海里总会涌现出那段和孩子在一起的回忆，特别是一想到父母的时候，会有一种很特别的感觉，内心充满感激。

我很晚才有了自己的孩子，当时决定放弃很好的工作，果断地成为了一个自由职业人。

那段时间过得艰难又忙碌，但是却让我领悟到了生命的珍贵意义，让我成为了这个世界上最幸福的爸爸和丈夫。看着孩子一点点长大的样子，心中洋溢着感动和幸福，开始一点点了解了家人的意义。

孩子第一次能挺起脖子的时候，第一次翻身的时候，第一次能够自己站起来坐下的时候，第一次学走路的时候，第一次叫爸爸妈妈的时候，第一次摘掉纸尿裤的时候，第一次吃东西的时候，第一次会骑儿童三轮车的时候，第一次去游泳馆的时候，第一次不用我在身边独自去小伙伴家的时候……总会因为那种无以言表的感情而流下眼泪。日常生活中和孩子毫无保留地进行交流时也会有这样情不自禁的感动。



就这样孩子慢慢长大开始走进这个世界。

希望孩子健康幸福是天下父母共同的心愿。


就这样父母好像也成长了，女人成为妈妈，男人成为爸爸。

这本书描绘了怀孕时妻子的样子和当时我们一家人的日常生活，是由描绘美好幸福家庭生活场景的图画构成的。希望通过怀孕和育儿的图画让大家感受到我的感情并因此得到能量。这是为马上要和孩子见面的准父母们传达爱的信息而描绘的一本书。

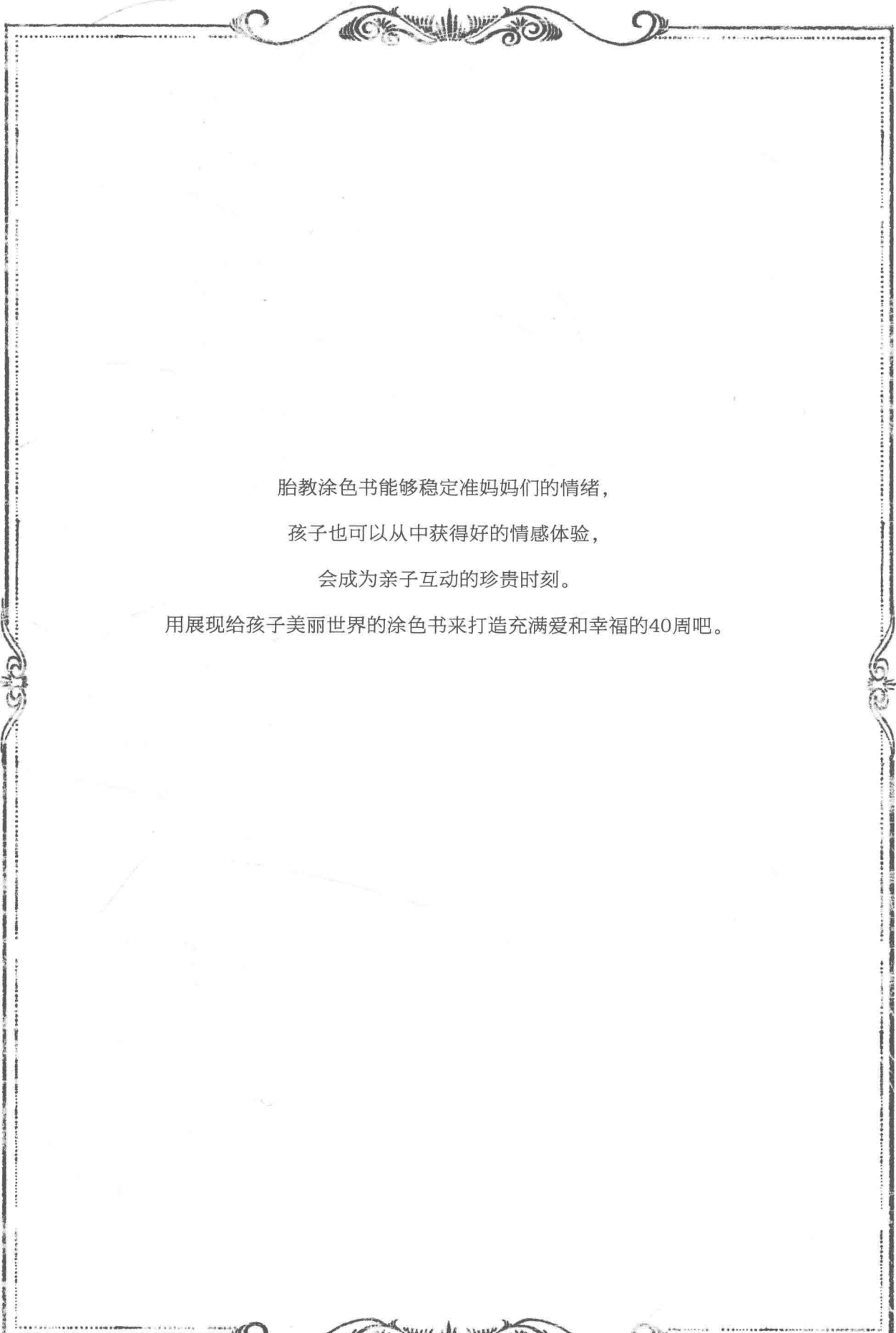
之前我主要通过动画片的创作和孩子们交流，通过美好的故事告诉孩子们生活的宝贵和价值，而现在我在创作动画的时候也会写一些其他的故事。

未来我会通过各种各样的方式更多地和大家交流分享。

谨以此书献给已故的画家及舞蹈家的父亲，一辈子为孩子而活的母亲，为了使集中于事业帮助我的岳父岳母、亲爱的妻子和女儿以及这个世上所有的爸爸妈妈。



即将第一次见到来到这个世界上的孩子。
从女人到妈妈、从男人到爸爸的准妈妈准爸爸，
所有的第一次都被激动、期待和希望填满了。
用丰富多彩的颜色来表达那种幸福的感觉吧。



胎教涂色书能够稳定准妈妈们的
情绪，
孩子也可以从中获得好的情感体验，
会成为亲子互动的珍贵时刻。

用展现给孩子美丽世界的涂色书来打造充满爱和幸福的40周吧。

致亲爱的×××

