

每个人身上都有太阳，教育是对灵魂的唤醒。

# 心灵的<sup>的</sup>教育

翟 小 宁

著

教育是点亮内心深处的火种，  
让心灵觉醒，智慧开明，生命发光。

SPIRITUAL  
EDUCATION

新 华 出 版 社



# 心灵<sup>®</sup>的教育

翟小宁 著

新 华 出 版 社



## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

心灵的教育 / 翟小宁著. -- 北京: 新华出版社, 2021.9

ISBN 978-7-5166-6036-2

I. ①心… II. ①翟… III. ①教育研究 IV. ①G40-03

中国版本图书馆CIP数据核字(2021)第186374号

## 心灵的教育

作 者: 翟小宁

出 版 人: 匡乐成

责任编辑: 徐 光

封面设计: 李尘工作室

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路8号 邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhupub.com>

经 销: 新华书店、新华出版社天猫旗舰店、京东旗舰店及各大网店

购书热线: 010-63077122 中国新闻书店购书热线: 010-63072012

照 排: 六合方圆

印 刷: 三河市君旺印务有限公司

成品尺寸: 170mm × 240mm

字 数: 380千字

印 张: 30

彩 插: 8

版 次: 2022年1月第一版

印 次: 2022年1月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5166-6036-2

定 价: 86.00元

版权专有, 侵权必究。如有质量问题, 请与出版社联系调换: 010-63077124

# 让生命发光

---

心灵的觉醒多么美妙神奇！春风化雨，万物复苏，登高望远，心智开明。天朗气清，一切都有了意义。精神如此丰富，世界如此生动，生命如此鲜活！

太阳升起，照亮了心灵，心灵的世界气象万千！

智开慧朗，金光普照，心灵澄澈光明！

晨曦中的树林，我在路口久久伫立，向着一条路极目望去。这条路通畅宽阔，又十分幽寂，可以看到闪闪发光的足迹。那天清晨芳草鲜美，这条路未经污染，散发着质朴的气息。我从此喜欢上了这条道路，选择寂静，放弃喧嚣，不畏艰难，坚忍不拔。多年后回顾这一天，我自豪地想，我选择了一条寂静而又光明的路，从此决定了我一生的信念和境界。

生命是有灵魂的。在生命的进程中，我们静静地雕刻自己的时光，看云、看海、看花、看树，让心灵光明，对世界好奇。时间不再追赶

我们,我们也不必再视时间为生命唯一的度量衡。珍惜所遇,珍视所爱,一起体验这世间的苦与乐,在爱和风雨中,让彼此的灵魂更加厚重。我们永不孤单,永远被爱,总有人在乎我们、守护我们,总有一片祥云为我们缭绕。我们有自己,有信仰,就有希望。我们永远是独立自由而且充满着爱与被爱的灵魂。

生命是神秘而坚韧的。请用心灵与思想陪伴成长,信念可以穿越一切障碍。请把智慧看成一个宇宙去探索,新鲜感就会永不消失。不必自卑和迷茫,相信爱和希望的力量,让我们一起相互陪伴,一起探索生命从何而来、为何而生,一起走在更加光明美好的道路上。跋涉和等待,思念和守候,梦想与旅途,徘徊和仰望,清晨和仲夏夜的星空,让我们与挚爱的人一起体会共享。

生命是会发光的。正像一首诗描绘的那样:“你是黑夜的星光,一闪一闪;你是江湖的水波,层层荡荡;刹那的光亮,足以划破暗宙,点亮心窗;片刻的停留,也能洗尽浮华,永恒流芳。心啊心啊,我要开一扇窗,让你不再迷茫,持久清亮;我要建一座房,让你不再迷茫,永葆安详。”

心灵的觉醒如金声玉振。觉醒的力量能唤出生命最真的那部分。信仰之光穿越心灵的旷野,如同阳光穿透水晶。沉浸到自己的生命之河中,成为真正的自己,好好地修炼,建立起深沉的自尊和庄严。我们如果对自己很满意,就会鼓舞和激励每一个爱我们的人。如果生命散发一种安静却又震慑人心的力量,就会为时光赋予新的光彩,那正是我们所追求的光明,是从灵魂深处涌动喷薄出的本真的力量。我们心里最美丽的地方,被纯净智慧的金色光芒照得通亮。信仰的力量将生活的土地化为神奇的所在。因为信仰,我们的生命不再平凡,日复一日的工作生活,充满天籁一般美妙的旋律。我们将把全部的爱与热情无条件地奉献给信仰之光!

二

教育是通过现存世界的文化而导向人的灵魂觉醒。

柏拉图说：“教育非他，乃是心灵的转向。”

教育向善，引领人向着真善美，追求爱与智慧。

教育是生命与生命的对话，教育赋予生命的应该是健康，是幸福，是温暖，是向上的力量。

教育是人与人心灵上微妙的接触，教育应该在人的心灵中播种爱心，播种善美，播种智慧，播种光明。

教育是人类文明的薪火相传，连接着过去、现在和将来，应该用文化的火种点亮心灵，点亮希望，点亮未来。

教育是唤醒。唤醒生命，觉醒灵魂。教育的目的是使人成其为人。人的成长是一个不断觉醒的过程。教育最重要的是自我教育，自我教育的本质是生命的自觉。传播文化、传授知识、培养技能是教育的重要内容，但这一培养过程显然还要有一个根本性前提，即灵魂的唤醒。

心灵是自然宇宙与人类智慧的结晶，每一个孩子都有丰富的心灵与巨大的潜能，教育要将其内在本质的力量唤醒。孩子的内心就是一个藏满宝藏的世界。<sup>[1]</sup>在这个世界中，有良知、有智慧、有理性、有激情、有意志、有品格、有美感、有火种。如果不能潜入人类灵魂的最深处去感悟生命的神奇，我们就永远找不到教育的力量。

苏格拉底的父亲是一位著名的雕塑师，苏格拉底小的时候，有一次看到父亲正在雕刻一只石狮子，小苏格拉底观察了好一阵子，突然问父亲：“怎样才能成为一个好的雕刻师呢？”“看！”父亲说，“以这只狮子来说吧，我并不是在雕刻这只石狮子，我是在唤醒它！”“唤醒？”“狮

---

[1] 李春霞：《“美唤”教学主张的应用》，教育周刊，2020年第4期。

子本来就沉睡在石块中，我只是将他从石头里解救出来而已。”

苏格拉底由此受到启发，教育所做的无非就是把学生心中的真知唤醒。

苏霍姆林斯基说：“教育——首先便是人学。”教育本身与人的灵魂密切相关。教育是科学也是艺术，是引导学生在基本人格、道德修养、思想品质、人文情怀等方面的养成，是唤醒生命的良知，是激发人生的愿望——对灵魂丰富的渴求，对真善美和爱的追求，对意义的探索。要想造就丰富而高贵的灵魂，令其拥有丰富的情感体验和内心生活，以及崇高的精神追求<sup>[1]</sup>，就需要适合心灵生长的沃土，需要正确的教育理念与适宜的成长环境，需要爱的阳光。童蒙养正，人在幼年时期所接受的教育和生活的环境是极其重要的。幸运的人用童年治愈一生，不幸的人用一生治愈童年。

当生命的意识被唤醒，灵魂的世界便有了自由。经由被唤醒的自由意识，人可以实现生命的自主成长。自由的精神会不断给人以思想的力量。我思故我在，人因为有了思想而变得富有智慧。

当心灵的火种被点燃，灵魂的世界便有了光明。教育之道，就是使人心中光明的道德更加光明，日新又新，止于至善。人生向善，人类向善，教育向善，世界才有希望。

教育如果偏离了其本质，就会成为功利主义的附庸，它带给学生的不再是气象庄严的整体教育，而是琐碎的知识。教育要使人成为完整的自己。只有内心被唤醒的人，才能找到自己生命的根源，成就最好的自己。教育就是要启迪人，使人觉醒，使人认识并成就自己。教育乃是人的第二次诞生，因为当人尚未被启蒙的时候，就需要教育来

---

[1] 徐洁：《回归生命的意义世界——关于学生观的追问与省思》，《中小学教师培训》，2006年第6期。

唤醒。唤醒是要通过文化的力量，引导人的灵魂觉醒。

在德国哲学家雅斯贝尔斯看来，人的教育首先是一个精神成长的过程，然后才是获得科学知识的过程。教育关注的应该是如何最大限度地发现并激发人的潜力，如何生成人的内在灵性与发展可能性，如何使教育完成对灵魂的铸造功能。而笛卡儿的沉思，本质上就是为了使理智摆脱感官的影响，回到精神的世界。

教育原初的含义是“引出”或“导向”，即导向生命的本源，把生命内在的天赋本性引发出来，形成健全的人格，使生命富有意义。

### 三

一个阳光明媚的日子，在一个风景优美的地方，我与一位贤者相携同行。天气晴朗，香光庄严，美妙的音乐从纯净的天空中轻盈地传来。我们沐浴在音乐声中，随着乐曲轻轻吟唱，悠扬的音乐印在了心中。

绿树浓荫，春意盎然。踏上登山的路，悠扬的音乐似乎萦绕在脑际，但想吟唱时却忘记了旋律。

第二天，似乎不经意间，那美妙的音乐忽然清晰地浮现在脑海中。轻轻吟哦，竟然准确地唱了出来。那庄严的音乐，像阳光一样照耀着我们的心房。

那天听到的音乐，尽管一时之间记不起来，但第二天却又神奇地吟唱了出来。由此我想：只要在心田播种，种子就藏在了心里，静静地孕育，默默地扎根，发芽，生长，终有一天，会开花结果。

心灵是田地，信仰是种子。播种真善美，生长真善美。

让我们播种善德的种子吧，让美好的种子在心灵之中孕育生长。

种子是有心的。文化的种子，核心是信仰。我郑重地用手捧着这颗珍贵的文化种子，奉献给教育，奉献给学生，奉献给世间，愿种子

的力量得以不断传承；愿善良的人们寻找属于自己的春风和阳光，培育那颗属于自己的种子。

愿父母陪伴孩子走过风、走过雨，含吮过冬日的雪水和泥土的养分，让种子孕育、发芽，汲取大地的营养，向着阳光生长，度过寒冬的静谧，唤醒暖春的希望，享受盛夏的热情，收获金秋的辉煌。我想，终有一天，闪耀着金色光芒的种子，会在更多的地方生根发芽，茁壮成长，开出美丽的花儿，结出丰硕的果实。

只有心灵纯净，才能生活干净；只有心灵丰满，才能生活丰富；只有心灵高尚，才能精神高贵。造就美好人生，要修炼干净善良、丰富高贵的灵魂。

灵魂教育意味着追求广阔的精神生活。爱是一切创造的源泉，爱是一轮温暖的太阳。心灵高尚的人最主要的天赋是爱，其精神生活的主要内容也是爱。用全身心的爱来对待今天——每一个人、每一件事、每一棵小草、每一寸时光。最好的教育直抵灵魂，是文化的传承与精神的自由交往，是达成每个人的自我实现。

灵魂教育意味着珍爱生命，舒展生命，赋予生命以使命，提升生命的价值和层次；意味着培养大写的健全人格，使人的生命经教育而更加和谐美好，情韵悠长，正大光明。生命教育就是为生民立命，使生命文明化，使生活更有意义。

灵魂教育意味着将人类的精神内涵转化为生机勃勃的精神追求。对知识的好奇心，运用知识处理解决社会问题、人生问题的思维能力，这是智慧教育的价值所在。知识是认知世界、认知社会、认知自然、认知生命、认知宇宙、认知未来的基础。智慧是知识的高级阶段，是人类的一种生存和发展能力。追求智慧，不是让人成为知识的容器，而是点燃人心灵的火种。

## 四

出席 G20 国际中学校长峰会时，英国斯多学校的校长带领我们参观校园。走到一座雕像前面，他停下脚步，认真地给我们讲起了这尊雕像的故事。这是一位空军飞行员，为了不伤及无辜平民，他执行战斗任务时超低空飞行。后来他不得不去参加一次远东的轰炸任务。那次战斗之后，他得了严重的精神抑郁症。病情痊愈后，他立志终身从事慈善事业，将飞行表演所获得的一切款项全部捐给慈善机构，成为一位著名的慈善家。英国斯多学校是一所贵族学校，培养了很多达官显贵。可在众多的毕业生中，学校只选取这样一位普通的飞行员为其塑像，是要告诉每一位到这里来求学的学生——人性中最重要的是良知，是善良的心灵。只要有了一点良知，有了一颗善良的心，人就是高贵的，人生就是有意义的。

一位纳粹集中营的幸存者当上了美国一所中学的校长。每当新老老师来到学校，他就会交给老师一封信：“亲爱的老师，我是一名纳粹集中营的幸存者，我亲眼看到了人类不应当见到的情景：毒气室由学有专长的工程师建造，儿童被学识渊博的医生毒死，幼儿被训练有素的护士杀害，妇女和婴儿被受过高中或大学教育的士兵枪杀。看到这一切，我疑惑了：教育究竟是为了什么？我的请求是：请你帮助学生成长为具有人性的人。你们的努力绝不应当被用于创造学识渊博的怪物，多才多艺的变态狂，受过高等教育的屠夫。只有在使我们的孩子具有人性的情况下，读写算的能力才有其价值。”

曾有人询问人类学家玛格丽特·米德，何为人类文明最初的标志。她的回答是“一段愈合的股骨”。在远古时期，倘若有人断了用以支撑全身体重的股骨，就无法拖着堪比累赘的残疾身躯，在野兽四处游荡的世界之中生存。因此，如果有古代的大腿骨呈现出断裂而又合拢

的痕迹，就表明有人将伤者带到了安全的地方，并花费了很长时间去照顾对方，直至康复。人类文明最初的起点始于善性。当人选择在困难中帮助他人、善待自己以外的生命时，文明方能开始建构。教育也是如此。教育应该从尊重生命开始，使人向善、胸襟开阔，使人唤起自己身上美好的善根，克服兽性，转向人性，修养善性，培养德性，传递爱与慈悲，实现生命的价值，修炼高贵的灵魂。

灵魂教育追求人类的终极价值：智慧、真理、善良、正义、自由、和平、希望和爱。一个人真正接受灵魂教育时，当能感受到精神的价值和生命的美丽，有信仰、有追求、有道德、有智慧，成为身心灵和谐发展的人，成为灵魂高尚的人。

雅斯贝尔斯认为：教育是人的灵魂的教育，而非理智知识和认识的堆积，“正如一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，教育是一颗灵魂唤醒另一颗灵魂”。

无缘大慈，同体大悲。一点慈悲，会深藏在心灵深处，像种子一样生根发芽，开花结果。一切智慧从爱中彰显，一切文明因爱而存在。所有人类都是我们自己灵魂的一部分，用爱来和每一缕灵魂共鸣。

当教育与人的生命融为一体的时候，生命教育就诞生了；当教育使人的灵魂得以觉醒的时候，灵魂教育就诞生了。幸福的教育要舒展生命，真正的教育是灵魂教育。

真正的教育就像柏拉图阐明的一样：它让你挣脱心灵的枷锁，实现灵魂上的自由和解放，获得重生。

点燃火种，智慧光明，照亮宇宙深空。发光并不是太阳的专利，生命也是会发光的。每个人身上都有太阳，灵魂教育就是唤醒心灵，让生命发光；就是为了生命的自由舒展，心灵的光明善好，灵魂的智慧觉醒。

是为序。

# 目 录

CONTENTS

## 第一章 心灵觉醒：创造神奇的生命力量 / 001

- 第一节 生命如此美丽 / 002
- 第二节 提升灵魂的高度 / 007
- 第三节 创造生命乐章 / 011

## 第二章 智开慧朗：涵养师者仁心 / 023

- 第一节 泥土的事业 / 024
- 第二节 仁爱的芳香 / 031
- 第三节 心中的明灯 / 040
- 第四节 神圣的好奇心 / 049
- 第五节 一德立而百善从之 / 057
- 第六节 善心善行 润泽生命 / 065
- 第七节 用光照亮光 / 072
- 第八节 教育的智慧 / 077
- 第九节 用力工作 用脑思考 用心感悟 / 083
- 第十节 教育家的境界 / 087

### 第三章 培根铸魂：点燃生命的火种 / 097

- 第一节 涵养美好心灵 / 098
- 第二节 实现自我超越 / 112
- 第三节 播种真善美 生长真善美 / 120
- 第四节 培养道德心 / 129
- 第五节 培育创新力 / 139
- 第六节 塑造中国魂 / 148

### 第四章 守正鼎新：生命与使命同行 / 159

- 第一节 思想领导力 / 161
- 第二节 人格领导力 / 172
- 第三节 凝心领导力 / 178
- 第四节 共情领导力 / 183
- 第五节 共生领导力 / 188
- 第六节 变革领导力 / 201
- 第七节 超越领导力 / 211

### 第五章 解放心灵：教育要舒展生命 / 227

- 第一节 顺天致性 发现生命的神奇广阔 / 229
- 第二节 解放天性 让生命美丽芬芳 / 234
- 第三节 爱是一轮温暖的太阳 / 240
- 第四节 步入书籍的星辰大海 / 247
- 第五节 融入生活的海洋 / 258
- 第六节 吹送生命的气息 / 269

### 第六章 灵魂之爱：凝聚祥宁的善好光明 / 277

- 第一节 家国文化的基因与价值 / 279
- 第二节 神圣的天职 / 284

- 第三节 心灵的成长 / 297
- 第四节 生命有无限可能 / 304
- 第五节 让信念眷顾一生 / 309
- 第六节 品格的力量 / 320

## **第七章 点亮心灵：拥有发光的智慧人生 / 335**

- 第一节 成为世界上一颗美丽的种子 / 336
- 第二节 人是自己生命的雕塑师 / 342
- 第三节 精神花园的神奇乐章 / 358
- 第四节 心灵高贵祥和 / 366

## **第八章 唤醒心灵：天地精神与教育本真 / 379**

- 第一节 与天地合其德 / 381
- 第二节 臻于至善的境界 / 388
- 第三节 真正持久的力量 / 394

## **第九章 无边界教育：创造人类文明新时代 / 403**

- 第一节 世界大变局中的教育创新 / 405
- 第二节 未来世界与人工智能教育 / 416
- 第三节 新理念是变革的先导 / 426
- 第四节 在变革中创造新秩序 / 430
- 第五节 无边界学习 心智成长共同体 / 433
- 第六节 无边界学校 无限神奇的未来 / 452
- 第七节 心灵的觉醒与智慧的光明 / 456

## **后 记 / 465**



第一章

**心灵觉醒：  
创造神奇的生命力量**

灵魂教育走过之处，求知的心醒来，求真的心醒来，自然醒来，正义醒来，爱与被爱醒来。我看见夜空的星星沿途闪烁奔向希望，深海的珍珠打开牵绊绽放璀璨。我看见归鸟飘逸地盘旋，花瓣悠然地飘入梦中。纯真的童年，故乡的草木，绚丽的梦想，从此道路被阳光照亮。每个生命，都不可替代，都是一个独一无二的美的存在。披星戴月走过千山万水，祝自己与自己重逢。没有一朵花，从一开始就是花。找到自己的命运，不是一个随意的命运，而是深感欣慰的命运，用自己的感受建立坐标，不会随意游走，不会按部就班，在自己的命运里尽情生活，全心全意、不被动摇地生活。满天星河，静静注视着人间，披着叶木幽兰，把所有的馨香归还给流年，把所有的丝光归还给琴弦，把所有的落日归还给过去的远山。明日之我，踏着星光而来，迎着黎明的曙光，奔赴虔诚与渴望。

---

## 第一节 生命如此美丽

---

生命如此美丽，如此神奇，令人目眩神迷。

生命之美犹如，我是一滴水，我有水的生命，和小伙伴们一起手拉手，簇拥成一股清流，欢呼作汨汨清音，流成了黄河，流成了长江，流成了太平洋。

我是一滴水，深藏在平静的水面。一颗石子扔进水面，会激起阵阵涟漪，有一个点会形成一圈圈的波纹，最内圈的波纹就像人的童年，逐渐扩大变成了少年，到最大的时候就是青年，最后波纹完全消散，和水融为一体。美丽的涟漪，让一滴水体验了不平凡的生命。

我是一滴水，有时会孤独的水，力量是薄弱的，总是随波逐流，难以保持自己，很难形成一个强大的力量。但当我把自己投入大

海的怀抱，我便能获得足够的力量来抵御各种惊涛骇浪和风雨的侵扰。

我是一滴水，当我进到一片海洋，我可以站在海浪的顶端，我可以进到深海的底部，因为这个集体，我拥有了力量，我能够引导整个海洋！进入海洋，我永远不会干涸！

我是一滴水，你是一滴水，我们把自己放飞吧，把自己融入无边无际的海洋中，努力地让自己成为海洋的王者！

灵魂教育是什么？谁能定义它？灵魂教育是静夜中皎洁的月光，是阳光下细细簌簌的叶语，是夕阳下和炊烟一起飘来的邈远的钟声；它出自心里，抵达心灵；它是爱，是诗篇，最为抒情、优美、壮丽的诗篇。它犹如诗句般娓娓道来，犹如和声，将爱的情感一层层地升华，它从柔软和微弱逐渐走向悠扬而邈远，走向一个又一个自我实现的高峰，令人无法忘怀，情不自禁憧憬着美好的未来，期望在起起落落中寻觅美好的光明。

灵魂教育是静夜中皎洁的月光。皎洁的月光拨开夜幕，从高高的枝丫流泻而来，仿佛智慧的光轻柔洒下，仿佛身处幽暗的心灵被一点点照亮，并随着云的飘移不断变换，体验着成长的喜悦；有时，清一色辽远的夜空下霜华白雪般的明月就这么猝然跌进视线里，仿佛无数的孩子期盼的心灵正要向它扑个满怀。它那满目的纯真无瑕，瞬间把孩子们震慑得不知所措，莫名地感动不已：生命是如此美丽。如果一个人喜欢沐浴在宁谧的月光下，那他必然习惯独自思索和成长，高尚而不自卑，离群而不单调，内心丰富，强大如千军万马。独自在安静的月色皎洁的夜晚，月光似乎总会赐予孩童思维上的灵感，芳香四溢的草丛边，仰头望月，感觉自己被一位智者深刻地了解。世间总有那么一种美，让你在它的善良和光芒里震颤，也让你染着它的芳香自然成长。生命如此美丽，这种美，对于求知若渴的孩子们，便是清朗夜