


教育的力量源于家长的觉醒 人格的完善胜于知识的获取
让孩子变得更卓越从培养能力开始

教育的本质

一个灵魂唤醒另一个灵魂

毕海洋◎著

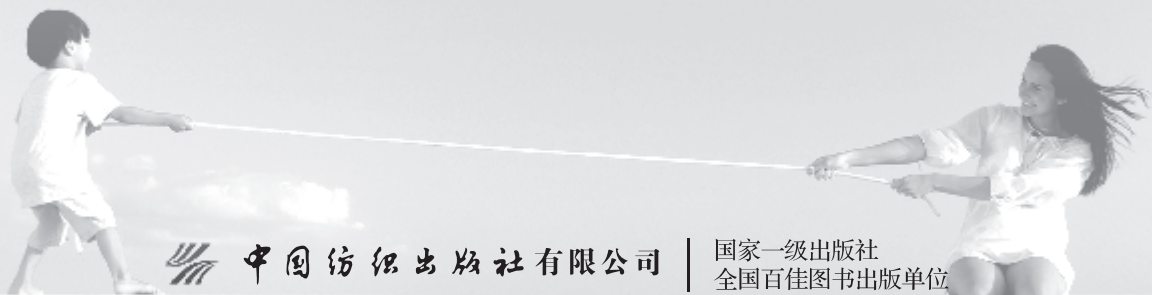


 中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

教育的本质

毕海洋◎著



中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

内 容 提 要

教育是培养人的活动。自有人类社会以来就有教育，它的职能是根据一定社会的要求，传递社会生产和生活经验，促进人的发展，培养社会所需要的人才。本书分为三篇，上篇为教育的力量源于家长的觉醒，主要讲述家庭教育中父母的人格对孩子的影响；中篇为人格的完善胜于知识的获取，主要讲述培养孩子人格的重要性；下篇为让孩子变得更卓越从培养能力开始，主要讲述培养孩子能力的重要性。

图书在版编目（CIP）数据

教育的本质 / 毕海洋著. --北京：中国纺织出版社有限公司，2022.3

ISBN 978-7-5180-9346-5

I. ①教… II. ①毕… III. ①教育研究 IV.
①G40-03

中国版本图书馆CIP数据核字（2022）第026425号

责任编辑：段子君 责任校对：高 涵 责任印制：储志伟

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

北京佳信达欣艺术印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2022年3月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：13

字数：143千字 定价：48.00元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

前言

所谓本自具足，就是知道自己什么都不缺少，不需要向外界索取能量，自己就能散发光和热，自成宇宙。结合现实来说，就是这个人不仅内在什么都不缺，内心充满自信、充满阳光，拥有自我满足的喜悦，还可以用自己的光和热去温暖周围的人。这样的人就是独立而完整的。

每颗生命的种子都具有无限的生命力，只不过由于各种障碍，表现出来的生命力可能存在差异，但这只是一种表象。每个人的本质，都是本自具足。明白这一点，就能更加充满自信，不会妄自菲薄，不会因为一时的障碍而迷失方向和放弃，也不会去盲目崇拜名人或大师，更不会看不起别人。

从本质上来说，每个人都是一样的。所有的灵性指导，都在告诉你，要理解一切、接受一切，不能漫无目的地选择，因为彼此的本质是一样的。

本自具足的人，内心是安定的，绝不会动荡不安。他们知道真理就在那里，只要走过去即可，只要坚定走下去即可。他们绝不会因为一点点成绩而忘乎所以，停止前进，也不会因为一点点挫败而自暴自弃。

每个人都是一个宇宙高级智慧高层维度的质点，自带全部维度的所有

智慧，就是本自具足。科学表明，即使最聪明的人如爱因斯坦，也只使用了大脑 5% 的能量，还有 95% 的潜能没有被使用和开发。

从母体中呱呱坠地时，我们都是本自具足的，只不过后来受到环境的影响，逐渐被现实蒙蔽，只能被迫去追求一些身外之物，无论是否得到，都会感觉不到满足，迷茫而空虚，丢掉了原本最重要的东西。

好的教育，是帮助孩子找到那个本自具足的自己；教育的本质是一个灵魂唤醒另一个灵魂。这也是传道的基本特征！

A handwritten signature in black ink, appearing to be '张雪峰' (Zhang Xuefeng), written in a cursive style.

2021 年 10 月



上篇 教育的力量源于家长的觉醒

第一章 觉悟：家教理念的觉醒 / 2

只有人格才能影响人格，只有人格才能形成人格 / 2

孩子的生命本身就是本自具足的，并不需要家长“教”什么 / 5

父母教育孩子的过程就是情绪转化、能量转移的过程 / 8

孩子不用“管”，全靠认知感 / 11

第二章 觉知：智慧时代，父母的使命 / 17

父母的终极使命是培养人格健全的孩子 / 17

最成功的教育就是让孩子成为独一无二的自己 / 21

父母最应该也最需要为孩子做的事情是赋能 / 25

中篇 人格的完善胜于知识的获取

第三章 独立：路要自己走，才能越走越宽 / 32

想让孩子独立，家长就要适时放手 / 32

跟孩子有关的事情，让他们自己作决定 / 37

鼓励孩子多尝试，不当“绊脚石” / 41

第四章 自信：自信是孩子健康成长非常重要的前提 / 46

学会麻烦孩子，让孩子时刻感觉到被需要，是提高自信心的最好方法 / 46

学会让孩子“赢”，让他拥有充盈的心 / 50

用看人之大的心来看自己的孩子 / 53

第五章 敬重：敬畏之心是孩子走向成功的重要基础 / 58

让孩子知道敬重他人不是卑微，而是高纬度的强大 / 58

尊重他人要从尊重自己开始 / 63

第六章 谦逊：谦逊是最高的克己功夫 / 67

告诫孩子：人外有人，天外有天 / 67

告诫孩子：行有不得，反求诸己 / 71

告诫孩子：空杯才能装进去水 / 74

第七章 责任：让每个孩子都担起应负的责任 / 78

让孩子对自己的言行负责 / 78

鼓励孩子自觉履行一个成员在团队中的职责 / 82

舍得让孩子为自己的错误买单 / 85

第八章 宽容：宽容更是一种坚强和勇敢 / 90

鼓励孩子站在他人立场，学会换位思考 / 90

告诉孩子：容天下人，才能干天下事 / 93

宽容之心从琐碎生活中来 / 96

第九章 秩序：秩序感强的孩子才能获得真正的幸福 / 101

建立规则比说教更有效 / 101

培养孩子的秩序感，从学会自律开始 / 105

让孩子建立秩序感，一份日程表足够 / 108

第十章 感恩：感恩之心离卓越人生最近 / 112

感恩不是话语，而是心里的种子 / 112

无论遇到什么人什么事，回头想想，常怀感恩 / 115

没有人会不尊重一个有感恩之心的孩子 / 118

下篇 让孩子变得更卓越从培养能力开始

第十一章 自理：能自理的孩子，人格更健康 / 122

让孩子自己吃饭穿衣、背书包 / 122

培养自理能力，不能忽视了做家务 / 126

信任孩子，不要过多干涉 / 130

第十二章 思考：善于思考远比学识更重要 / 134

让孩子学会问问题，大胆地提问 / 134

打破固定的思维模式，用别样的思路思考问题 / 138

日常生活中要鼓励孩子发散性思考问题 / 141

第十三章 想象：从小具备想象力，才能受益终生 / 145

通过故事激发孩子的想象力 / 145

开阔孩子的视野，丰富孩子的知识 / 148

有意识地去启发、训练孩子的想象力 / 151

第十四章 适应：适应力强的孩子未来更绚烂 / 156

让孩子多接触社会，多参加活动 / 156

孩子的交友能力能帮他们更快地融入新环境 / 159

能自己解决问题的孩子适应力更强 / 161

第十五章 合作：独木难成林，一人不为众 / 165

接受他人是合作的前提 / 165

懂得分享，更能融洽关系 / 168

好的合作都是求同存异 / 172

第十六章 反省：不断反省，才能完善自我 / 175

不直接对孩子的错误横加指责 / 175

让孩子正确认识自己 / 178

教育孩子每日反省自己 / 182

第十七章 创造：具有创造思维的孩子更智慧 / 186

想让孩子有创新能力，先从观察力开始 / 186

鼓励孩子的奇思妙想 / 190

鼓励孩子多探索 / 193

后记 / 197



上篇
教育的力量源于
家长的觉醒

第一章

觉悟：家教理念的觉醒

只有人格才能影响人格，只有人格才能形成人格

俄国著名教育家乌申斯基说过：“在教育中，所有的一切都应教育者的人格为基础，因为只有人格才能影响人格，只有人格才能形成人格。”

德国著名哲学家卡尔·西奥多·雅斯贝尔斯（Karl Theodor Jaspers）在《什么是教育？》中写道：

教育的本质是，一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。

究竟什么是最好的教育？怎样教育能够取得最佳的效果？教育并不是要我们教给孩子一些外在知识，而是要努力挖掘孩子的内在潜能，让他们去认知这个世界，发现世界的奥秘，找到自己存在的真谛。

只有引导孩子进行自我教育，才是真正的教育。

一个人小时候接受的教育，决定了他未来的发展。

影响孩子最深的认知，最重要的场所是家庭，而不是学校。只要人多的地方，情形就会异常复杂。从这一点来说，学校要比家庭复杂。忽视了家庭这个教育的重阵，完全指望学校的教育，不仅难以达到目的，还可能适得其反。

事实上，很多问题的出现本身就源于我们自己。

一次坐公交车时，看到这样一幕，让我感触很深。

公交车进站后，人们陆续上车，一对父女上了公交车。女儿上车后，一屁股就坐在了老弱病残孕的专座上，爸爸则坐在了后面。爸爸很快就发现了女儿的座位，喊女儿：“妞妞，快来这里，到后面坐。”

女儿只有七八岁的样子，她有些不解：“不用了，坐在这里挺好。”

爸爸离开座位，走到女儿身边，解释道：“这是给老弱病残孕准备的座位，你占了人家的座位，等会儿有人来了，就得让座。到时候你就没座位了，站着多不舒服。”

女孩迟疑了一下，最终还是站起来，跟着爸爸坐到了后面。

在这个案例中，“爸爸”坐公交车显然很有经验，他还将自己的人生经验告诉了女儿，也很心疼自己的孩子，好像是个好爸爸。但认真思考一下，他的这种言行会对孩子产生什么影响？如果是我，可能不会干涉孩子的决定，如果后面确实有老弱病残孕上了车，孩子主动让座，我会鼓励和赞赏他的行为，如此孩子就能养成优秀的品质。这位爸爸的疼爱行为，只

会让孩子变得自私，只懂得从自我出发。

这件事虽然很小，但会对孩子的思维模式产生影响。要想将孩子培养好，家长首先要树立一个好榜样，这是最直接、最有效、最健康的教育方式。

所有好的教育，都带着智慧的光芒和发自内心的关爱。真正的教育，都会将孩子当作独立的人格来引导，绝不会直接想当然地给予。智慧的父母都会教导孩子自信而不自满，独立而不孤立，会激发他们的想象能力、质疑能力、自理能力、谦逊能力……

一次逛商场时，一位妈妈对女儿说：“等一会儿，我看到了一件很便宜的羽绒服，我去给你奶奶买下来。”

这位妈妈似乎很孝顺，很节俭，但这些话会影响孩子今后的人格发展。这句话会告诉孩子，给老人买东西要买便宜的。等孩子长大后，给老人买东西时就可能专挑便宜的买。那么，如何说才是最恰当的？可以这样对孩子说：“宝贝，这件羽绒服特别适合你奶奶，我想给你奶奶买下来，你等会儿妈妈。”这样说，你的那种迫不及待的孝心就会在孩子面前表现出来，孩子就会明白“行孝不能等”的道理。

究竟什么是人格？从字源角度来说，我国古代汉语中是没有“人格”这个词的，只有“人性”“人品”“品格”等相关词语。例如，孔子曾说：“性相近也，习相远也。”他认为，个体差异来自环境和教育，人格的形成以遗传因素为基础，是在与环境的相互作用中形成的，它稳定、统一、独特。虽然无法改变孩子人格的遗传因素，却可能也有机会为孩子健康人格

的形成提供后天的发展机会。

父母具备很强的人格魅力，其言行举止就能对孩子进行一种潜移默化的教育和鞭策，促进孩子的健康成长，这样，孩子以后是积极向上的、勤奋刻苦的、真诚善良的、博爱宽容的。虽然有些特质可以通过后天的努力慢慢改变，但有些特质却是深入骨髓的，会深深地蛰伏在个人的潜意识里，几乎不可改变。

真正的教育，需要回归到人格的本质。只有人格才能影响人格，只有人格才能形成人格。

孩子的生命本身就是本自具足的，并不需要家长“教”什么

网络上，曾出现过这样一则小视频：

一匹马不小心陷入了沼泽地，大半个身体深陷泥潭，主人倾尽全力，也没能将它救出来，最后只好放弃。这匹马只能在沼泽中静静等死。

两个牧马人骑马路过这里，看到这一幕，内心感到异常难过。

甲说：“这匹马真是太可怜了，我一定要想办法将它挖出来。”

乙说：“根本就无法将它挖出来，去把咱们的马群赶过来，看看它能不能出来。”

马群很快就奔腾而来，围绕着沼泽地如游龙般驰骋，一圈、两圈……

困于沼泽中的马奋力挣扎。群马撒欢奔跑的力量感染了它，点燃了它的希望，它慢慢地从泥潭中挣脱出来，加入了马群，跟它们一起在草原上尽情奔跑。

之后，弹幕中出现了这样几句话：生命陪伴生命，生命唤醒生命。唤醒生命的是本自具足。

生命中遇到的所有，都是行走在这条路上的彼此陪伴。

家人和朋友是这样，同学和同事也是这样。

玩要是，学习和工作也是。

每个人都是自己生命的主角，其他人都是来陪伴和帮助我们的。在人群的陪伴下，我们就能安然笃定地找到自己心中的方向和智慧。

在这段视频中，牧马人并没有用拉、挖、抽打等方法来挽救陷在泥潭中的马，他只是让一群马围着它自由奔跑，让马儿激发出了对生命的渴望和内在力量。同样，在家庭教育中，想让孩子成为什么样的人，父母首先要努力做这样的人，充分相信并激发孩子的无限智慧。

教育的最高境界是唤醒孩子觉察本自具足的内在力，这也是传道的本质。

孩子的内心世界宛如一个装满宝藏的盒子，在这个盒子里，更多的是智慧、理性、意志、品格、美感、直觉等生命能量。每个心灵都是自然宇宙与人类智慧的结晶，每个孩子都有丰富的心灵与巨大的潜能，家庭教育的主要功效就是将其内在的良知和潜能唤醒。

著名哲学家苏格拉底的父亲是一位著名的石雕师傅，一天，父亲在

雕刻一只石狮子，小苏格拉底在一边观察。一段时间后，他突然问父亲：“父亲，如何才能成为一个优秀的雕刻师？”

父亲告诉他：“以这只狮子为例，我并不是在雕刻石狮子，而是在唤醒它。”

小苏格拉底不明白：“唤醒？”

父亲说：“狮子本来是沉睡在石块中的，我会将他从石块中解救出来。”

“唤醒”，确实是一个富有启发意义的教育箴言。

在家庭教育中，我们要唤醒孩子心灵深处的天赋潜能和内在力量，让孩子从蒙昧中觉醒，不能一味地要求孩子学习，更不能无限度地给孩子增加学习负担。

1. 唤醒孩子的内在觉察力

要想唤醒一个高维度的智慧，父母就得具有高纬度的智慧，将自己的智慧投射到孩子身上。要不断地修炼自己，发现自己本自具足的特性，有意识地去唤醒另一个灵魂。记住，现实中遇到的所有问题都能在自己身上找到答案。

2. 唤醒孩子觉察本自具足的内在力

其实，孩子出生时就自带高纬度的智慧信息，家庭教育的目的就是用中国传统文化理念，通过各种方式，比如培训和学习，与中国传统文化的源头实现联通，让孩子明白：人生的终极意义是通过学习不断提升自我，觉察本自具足，提高自己的思维维度和智慧，发现人生的大美，最终达到天人合一的境界。