

成就孩子一生幸福的关键

# 妈妈的情绪 爸爸的格局



MA MA DE  
QING XU  
BA BA DE GE JU

鲁鹏程  
/ 著



## 孩子的未来， 藏在妈妈的情绪和爸爸的格局里

孩子的成长之路，其实是父母的修行之路。孩子要健康成长，必须有一个好的成长环境，而这个好的成长环境并非一座豪华房子那么简单。虽然房子看上去是“实”的，但其所建构的却是一个“虚”环境，这个由“外物”支撑的环境是孩子“安身”的一个地方，对孩子的成长只起到一个辅助性作用，那么孩子成长的“真”环境在哪里呢？其实就在父母这里。在我看来，爸爸妈妈才是孩子最“真实”的“成长环境”，这个环境才是孩子可以“安心”的地方，对孩子的成长起着决定性作用。也就是说，最能影响孩子成长的，是源自爸爸妈妈自身的精神面貌、性格特质、行为方式、生活习惯等所融合而成的一种隐性的内部环境。

这个“真实环境”的营造，需要两大关键因素——妈妈的好情绪和爸爸的大格局。学习过《周易》的人都知道，“乾”“坤”两卦是最重要的两部分。“乾卦”中的“天行健，君子以自强不息”，“坤卦”中的“地势坤，君子以厚德载物”，这两句话道出了中华文化的核心。所谓“一阴一阳之谓道”，是极富智慧的，世上任何事阴阳平衡达到和谐，就能发展进步。

在《周易》中，“乾”代表天，讲的是事物从发生到繁荣的过程，在家庭中代表着刚健、自强的父亲形象；“坤”代表地，宽广无边，德行敦厚，孕育万物，在家庭中代表着宽厚包容、慈爱祥和、有承载力的母亲

形象。

也就是说，在家庭中同样是存在阴阳乾坤之道的。爸爸是乾，是阳，如天空一样，有胸襟、有能量；妈妈便是坤，是阴，如大地一般，能承载、能孕育。乾坤相宜，阴阳相吸，天地和合；乾坤同一，阴阳平衡，家庭和美。如此，爸爸妈妈就能合力创造一个良好的养育与教育的环境，这个环境就将成为孩子健康成长的关键因素。

妈妈的好情绪、爸爸的大格局的确是一个家庭最“好”（“女”+“男”才组成一个真正的“好”字）的风水，一个家庭拥有好“风水”便是一家人的福气。在有福气的家庭中成长起来的孩子，未来发展无可限量。

### 先说妈妈的情绪。

情绪，就是人从自身对客观事物所持的态度中产生的主观体验，也就是心情、心境，主要指不愉快的情感。妈妈的情绪对于孩子的成长影响极大。教育孩子最大的障碍就是妈妈的坏情绪，就是妈妈的大吼大叫。童年只有一次，不能重来，而且童年的经历对于孩子的成长非常重要，因为童年是接触世界、认识世界的重要阶段，这个阶段吸收力极强。接触、认识、吸收得好，他就成长得好；反之，他就成长得不好。如果孩子在童年听到的都是妈妈的吼叫，感受到的都是妈妈的坏情绪，那么他童年的色彩可想而知。

所以，妈妈一定要觉知自己的坏情绪，要寻找情绪失控的各种“点”，发现愤怒背后的原因，学着不埋怨、不丧气，温情包容，别让自己的大吼大叫成为孩子童年的阴影。因为吼叫有毒，冲孩子吼叫就是在向他释放“毒素”，会让他不知不觉“中毒”，而随着妈妈吼叫的持续，“毒素”会不断入侵孩子的肌体。孩子天性爱模仿，你如何对待他，他也将如何对待你。你吼他，他也将学会吼你，不仅如此，他还会吼别人。

当孩子也学会吼叫时，他“中毒”已深。甚至，他长大后也会复制“吼叫”，吼向他的孩子。可见，情绪会传染，情绪失控的妈妈往往会教出情绪化的孩子！

所以，妈妈的教育不仅影响孩子的未来，也将影响他所建立的家庭的未来，“妈妈模式”是会传承的，一代又一代，你永远想象不到你给孩子留下的印象会造成多么深远的影响。所以，每一位妈妈都应该对“教育之敌”“吼叫之毒”有深刻清醒的认识与反思。对孩子，不要理直气壮，而要理直气平、理直气和，要平和、和平。有理，也要心平气和地说，做到“平”与“和”，才会让孩子从内心里感觉舒服。有理不在声高。

不妨用《周易》中“坤卦”的道理对比现实生活：一个情绪稳定、包容有爱、敦厚朴实的妈妈形象，对孩子的成长最有利。在有这样优秀情绪品质的妈妈的培养下，孩子的精神成长一定非常健康，因为培育他的“土地”是稳固的、可被依靠的。反之，一个动不动就爆发情绪危机的妈妈，带给孩子的则是动荡不安的情绪体验，他会感觉不知所措，毫无安全感，甚至心生恐惧。所以，妈妈要培养女性的温柔与细腻的特质，让自己变得“温柔如水”，要知道，“上善若水，水善利万物而不争”，而且“柔弱胜刚强”。作为女性，一定要修炼自己“柔”的一面，所谓“以柔克刚”，是非常有道理的，因为适合自己的“柔”才是最强大的。

这个道理并不难理解。妈妈就如大地一样承载万物，所以有“大地母亲”的说法。想想看，如果让我们生活在一个地震频发的地方，心灵一定会受到很多突如其来的打击和折磨。而在家庭中，妈妈如果不能很好地掌控情绪，孩子感受到的就是频繁的情绪“地震”。

每一位妈妈都希望孩子成长得优秀，有优秀的品格、良好的意志品质、健康的心理，但是也要时常反思，作为养育他的“土地”，自己有没有为他提供一个特别稳定的、良好的生活环境，这个生活环境不仅包括有形的物质环境，更包括无形的精神环境。

孩子有一个情绪平和的妈妈，就等于拥有了无穷的财富。对于男孩而言，妈妈可以帮他正确认识女性，培养他具备细心、善良、温雅有爱的特质。男孩将从妈妈身上了解异性，学会与异性相处。母子关系影响着男孩未来婚姻的格局。对于女孩而言，妈妈可以帮她建立温柔、贤淑、安静、祥和、内敛、守正的女性自我形象。妈妈的性格、智慧、人生观、世界观、价值观、为人处世态度等，能够塑造女孩的情商，决定女孩的人生高度。

妈妈的情绪影响孩子一生。一个情绪平和的妈妈才能给孩子富足的安全感，因为妈妈的情绪决定家庭氛围，家庭氛围决定孩子的安全感。妈妈要培养自己内在的安全感，并给予孩子深度陪伴。妈妈情绪平和，才能给孩子一个好性格，因为如果妈妈情绪不良，孩子则很难性格平和。而性格又决定命运，所以妈妈要密切自己与孩子的关系，培养孩子积极乐观的生活态度。妈妈拥有好情绪，能有效提升孩子的幸福力，还能培养孩子终身受用的好习惯，更能教会孩子做自己情绪的CEO，给孩子人生最大的成长力……

### 再说爸爸的格局。

什么是格局？格，就是对认知范围内事物认知的程度；局，就是在认知范围内所做的事情以及事情的结果。从哲学角度看，“格”就是人格，“局”是人的气度、胸怀。简而言之，格局就是一个人的眼光、胸怀、胆识、刚健等心理要素的内在布局。在某种程度上，格局就是布局，而布局决定结局。一个人的格局有多大，他的人生舞台就有多大。

我们都对孩子的未来充满无限期待，期待他能站得更高，看得更远，走得更稳，取得更大成就。怎样才能实现这个期待呢？就要看爸爸的格局了。如果爸爸有格局，其眼界、胸襟、胆识就会很广大，所认识的世界就越广，对事物的发展也会有深刻精准的认识，其思想也会更深邃，而思想

又会指导行动，认准目标、勇往直前、义无反顾，人生必有所成就。爸爸的大格局会带给孩子正确的人生方向、精准的人生布局，孩子也会拥有大格局，自然会有好成长、好发展、好未来与好人生，因为“青出于蓝而胜于蓝”。“谋大事者，首重格局”，所以，好爸爸就是要有大格局，这是给自己也是给孩子的最好投资。

孩子有一个格局广大的爸爸，就等于拥有了无尽的宝藏。对于男孩而言，爸爸可以帮他建立对男子汉的正确认知，培养他的男子气概。他将从爸爸身上学到如何成为一个男人，学会以正确的态度对待异性、家庭，并具备格局、勇气、耐力、韧性、果敢、刚强、责任感等特质。对于女孩而言，爸爸可以帮她正确认识男性，并为她建立起足够的安全感。她将从爸爸这里学会与异性正确相处，保护自己，正确认识自我，学到独立、冷静、客观、坚强、敢于担当、理性思考等特质。父女关系也是女儿婚姻的模板。

爸爸的格局决定孩子的未来。一个格局广大的爸爸会有足够的思想高度，这会决定孩子的人生高度。爸爸有大格局，就带给孩子正确的价值观，教他辨别是非，引导他明白“物有本末，事有终始”的道理，这是对孩子心灵的最好滋养；爸爸格局广大，就会给孩子一个“国际视界”，大视野、大见识以及长远的眼光会让他放眼未来；爸爸拥有大格局，就会锻造孩子的抗挫力，让他能量满满，也会拓宽孩子的胸怀，让他拥有海纳百川的境界，还会培养孩子的担当精神，更会激发孩子的潜能，给他一个自信人生……

**妈妈有好情绪，爸爸有大格局，孩子才有好未来。**

妈妈的好情绪，可以让家庭的磁场、夫妻关系、孩子的情绪都变得更加稳定，而且平和讲理的妈妈对于孩子的教育效果要比情绪暴躁、大吼大叫强太多倍。好情绪让妈妈不仅不会失去什么，反而获得太多，自己、孩

子、爱人、家庭都受益了，这着实值得庆贺。

爸爸的大格局，可以为家庭、夫妻关系、孩子考虑得更多更长远，这有助于维系家庭的长久发展，还能帮助整个家庭发展得越来越好。大格局不仅让爸爸自身受益，全家人也将跟着一起具备大格局。一个拥有大格局的家庭，未来的发展自然值得期待。

所以说，拥有好情绪的妈妈、拥有大格局的爸爸，是一个家庭和睦且具有可持续性发展的重要条件。悟到这些，并能生活中真正做到，可谓是父母的一场修行。宗圣曾子说：“士不可不弘毅也，任重而道远。”天下父母，又何尝不是如此？你要相信，孩子的未来，其实就藏在妈妈的情绪里，就藏在爸爸的格局里。为人父母，又怎能不好好修行？

十年树木，百年树人，教育是用生命来影响生命，不能急于求成。而我们跟孩子也是一个“命运共同体”，我们只有不断进行自我教育，自我成长，掌控情绪，提升格局，才能给孩子最好的引领、影响和培养……

祝福您，祝福您的孩子！也祝您开卷有方，实践有益！

鲁鹏程

绪论篇

## 爸爸妈妈是孩子最真实的“成长环境”

### |第一章| 孩子的成长，父母的修行——好爸爸好妈妈教出好孩子 / 2

爸爸妈妈是孩子最真实的“成长环境” / 2

如何做个好爸爸好妈妈？——没有完美的父母，只有不断成长的父母 / 6

合力教育——爸爸妈妈亲密配合，教出优秀的孩子 / 9

妈妈的好情绪，爸爸的大格局——孩子健康成长的关键因素 / 13

妈妈篇

## 妈妈的情绪影响孩子的一生

### |第二章| 妈妈的情绪影响孩子的一生——好妈妈就是要有好情绪 / 18

坏情绪有毒，不要让孩子的童年只记住你的大吼大叫 / 18

觉知坏情绪——别再去“冰冻”你的孩子 / 21

寻找情绪失控的各种“点”——妈妈愤怒背后的原因 / 24

不埋怨、不丧气，用笑脸和语言去温情包容 / 28

学会掌控情绪——妈妈要培养女性温柔与细腻的特质 / 31

### |第三章| 给孩子富足的安全感——安全感满满的孩子幸福多多 / 35

妈妈的情绪决定家庭氛围，家庭氛围决定孩子的安全感 / 35

给孩子安全感的前提——培养自己内在的安全感 / 38

深度陪伴——高质量的陪伴让孩子的安全感“爆棚” / 41

培养孩子的自我认同感——从低自尊到高自尊的转变 / 44

与孩子做最好的联结——母子（女）心连心，给足孩子安全感 / 50

#### **|第四章| 让孩子拥有一个好性格——三分靠天性，七分靠养成 / 53**

妈妈如果情绪不良，孩子则很难性格平和 / 53

性格决定命运，想孩子有好命运，就要让他播下好思想 / 56

培养孩子的好性格，请给孩子一个合理的期待 / 60

密切自己与孩子的关系，也鼓励他积极地与人交往 / 63

培养孩子积极乐观的生活态度，不悲观、不消极 / 66

#### **|第五章| 提升孩子的幸福力——引领孩子踏上幸福的人生 / 69**

想成为幸福的人？但愿你首先学会吃得起苦 / 69

不学礼，无以立——教孩子从小就知礼、学礼、行礼 / 72

教孩子学会自我管理——孩子自觉你省心 / 75

福田心耕——教孩子种好自己的福田，懂得惜福、培福 / 78

拥抱幸福——让孩子对生命充满无限尊重和敬畏 / 82

#### **|第六章| 培养孩子的好习惯——教育就是培养终身受用的好习惯 / 86**

孝亲尊师——孩子必备的做人与处世的根本好习惯 / 86

改过迁善——让孩子“德日进，过日少；日日新，又日新” / 92

阅读——增加孩子的人文底蕴，提升孩子的科学精神 / 94

自主学习——教孩子学会自动自发地学习，打造他的核心竞争力 / 97

实践创新——培养孩子主动思考、勇实践、乐创新的好习惯 / 100

**|第七章| 刻意训练孩子的自控力——教孩子学做自己情绪的CEO / 104**

- 妈妈不要让不良情绪掌控自己和孩子的生活 / 104
- 容易对孩子产生不良影响的7种负面情绪 / 106
- 面对孩子的负面情绪，妈妈应该站在孩子的角度认同并接纳 / 110
- 情绪属于自己——教孩子懂得为自己的情绪负责 / 112
- 刻意练习——让孩子走出坏情绪旋涡的各种训练法 / 115

**|第八章| 勇于放手，教孩子学会独立——给孩子人生最大的成长力 / 119**

- 不包办代替——好妈妈有时是个“懒”妈妈 / 119
- 敢于把孩子“推出门”，严防对孩子的保护过度 / 122
- 热爱劳动——教孩子学会打理自己的生活 / 126
- 天道酬勤，勤能补拙——重视培养孩子的生存能力 / 130
- 培养孩子的主见，不让他做“怎么办先生” / 134

爸爸篇

**爸爸的格局决定孩子的未来****|第九章| 爸爸的格局决定孩子的未来——好爸爸就是要有大格局 / 140**

- 爸爸的格局，到底会带给孩子什么样的影响？ / 140
- 爸爸的思想高度，决定了孩子的人生高度 / 143
- 爸爸有格局，对孩子的爱与管教才能真正发挥作用 / 146
- 敢于梦想——鼓励孩子思考未来，教他从小就做人生规划 / 148
- “三力”教育——培养孩子的预见力、判断力与行动力 / 151

## 第十章 | 培养孩子正确的价值观——价值观对孩子是最好的滋养 / 156

反思的智慧准则——行有不得者，皆反求诸己 / 156

明天的成就源自今天的努力——有因有果，由果推因 / 159

给孩子一颗感恩的心，教他学会感谢一切人、事、物 / 162

物有本末，事有终始，知所先后，则近道矣 / 165

教孩子学会明辨是非，面对各种诱惑有免疫力 / 168

## 第十一章 | 给孩子一个大视野——见识与眼光让孩子走得更远 / 171

经常跟孩子讨论时事，给孩子一个“国际视界” / 171

多抽点时间，跟孩子一起读书学习，并讨论相关问题 / 174

经常带孩子到外面走一走，开阔他的视野范围 / 176

专注一处，心无旁骛——让孩子不受外界干扰的法则 / 179

永远在精进中——教孩子成为一个很厉害的人 / 181

## 第十二章 | 锻造孩子的抗挫力——让意志力给孩子满满的能量 / 184

爸爸要有对孩子进行挫折教育的意识 / 184

成功一定有方法——教孩子掌握应对挫折的各种方法 / 187

善于激励孩子，给他战胜挫折的力量 / 190

当孩子遇到困难和问题时——教孩子应对常见的挫折 / 193

让孩子体验成功——挫折教育不能让他一直受挫 / 197

## 第十三章 | 拓宽孩子的胸怀——让孩子拥有海纳百川的境界与舞台 / 200

宽容犯错误的孩子，给孩子做包容非纵容的好榜样 / 200

不在孩子面前论人长短，营造宽容的家庭环境 / 203

引导孩子包容他人的缺点，教他学会理解、善待他人 / 206

换位思考——为他人着想是天下第一等的学问 / 208

带孩子经常亲近大自然，让他的心胸变得更开阔 / 211

#### **|第十四章| 让孩子有责任担当——勇于承担，铸就孩子的好未来 / 215**

好爸爸应尽职尽责敢担当，做孩子心中的大英雄 / 215

孩子敢于承担责任，这才是他真正成长的开始 / 217

宁为成功找方法，不为失败找借口——孩子要为自己的言行负责 / 221

正己方能化人，正己而不求于人，则无怨 / 224

全方位培养孩子高度的责任感，责任铸就孩子的未来 / 227

#### **|第十五章| 给孩子一个自信人生——自信是孩子终身受用的资本 / 230**

好形象价值百万——帮助孩子建立良好的外在形象 / 230

提升孩子的自我认同感，激发他的自信潜能 / 233

对孩子的点滴进步进行及时适度的肯定、鼓励与表扬 / 236

善于发现并放大孩子的优点，不随便否定孩子 / 238

财商教育——培养孩子的创富力，传授保富的秘诀 / 241

## 绪论篇

# 爸爸妈妈是孩子最真实的“成长环境”

成长，理应是孩子自己的事，但是让孩子在怎样的环境中成长，却是爸爸妈妈应该考虑的事，我们需要为孩子创设一个好的成长环境。

事实上，任何可以用外物构造、创设的环境，若要真正构建起来并不难，只要足够精心，只要有一定的“资本”，都可以创造得出来。但孩子成长所需要的环境却不只是拥有这些外物就足够了，或者说外物所构造的环境起到的只是一定的辅助作用，最能影响孩子成长的，是源自爸爸妈妈自身的精神面貌、性格特质、行为方式、生活习惯等所融合而成的一种隐性的内部环境。

看待事物不能只看表象而要多看内里，孩子成长的外部环境就是一种表象，所以要更多地关注家庭的内部环境状态，因为爸爸妈妈才是孩子最真实的“成长环境”。



## 第一章

### 孩子的成长，父母的修行

#### ——好爸爸好妈妈教出好孩子

养一盆花，精心呵护，善心对待，花自是能叶绿花盛，以芬芳及赏心悦目来回报人，令人内心愉悦。同样道理，陪伴孩子成长的过程就像养花。养花之人只有懂得养花，心怀善念，才会以更好的方式方法去对待花。所以，孩子成长的过程，也是我们提升自我修养的过程，简而言之就是“孩子的成长，即是父母的修行”。越是不断修行的父母，越懂得养的过程，越能理解孩子的成长，越能读懂孩子的需要，当然也就越能教出优秀的孩子。

### 爸爸妈妈是孩子最真实的“成长环境”

很多人口中所说的“好好教育孩子”，是把“教育”当成了一种主动而为之的行为，这时人们的心理多半都是“我有责任对我的孩子进行各种形式和内容的指导、批评，并纠正他的各种错误，帮助他向好发展……”

诚然，发自内心主动地去表达教育的意愿，当然是可以引起孩子的注意的。比如，有的妈妈会反复提醒孩子“过路口的时候要注意看车，注意

看红绿灯”，孩子能记住吗？有的孩子是可以记住的，妈妈的反复强调会促使他形成一种机械记忆，妈妈口中的“注意”，可能会让他在遇到相应情况的时候调动记忆，从而做到真的注意。

但是，这种情况显然并不具有绝对性，“有的”孩子可以记住，势必“有的”孩子就记不住。为什么？因为这种反复的主动强调，从某种意义上来说，是一种强硬的灌输。孩子“被要求”做到妈妈的提醒或嘱咐，但容易忘事的孩子在某些情况下，比如说想玩的意愿太过强烈时，就会忘记妈妈的嘱咐，因而一旦再过路口时，妈妈就不得不去反复提醒孩子再次注意，甚至还有有的孩子就因为一时的忘记而后悔莫及。

相反，有的妈妈并不采取这种主动强硬的灌输方式，她会自己先做到，过路口的时候很认真地四下看车，规矩地按照红绿灯的指示前行或停止。同时，在自己做出这些行为的时候，会给孩子解释这样做的原因及意义。孩子在妈妈行为的引导下经历过几次之后，就自然地形成了一种模仿模式，也就知道该怎么做了。如此一来，孩子逐渐养成了习惯，一到路口，头脑中自然形成的一种条件反射就会发动，会自然地关注车辆、红绿灯，从而有效避免意外状况的发生。

两相比较，前一种妈妈可能会操更多的心，反复强调，还要反复关注，生怕孩子记不住；后一种妈妈却可以做到内心轻松自然，因为源于妈妈自身的影响让孩子已经自内心深处养成了正确的行为习惯。

当然，这并不是在强调主动教育是错误的。实际上，有主动教育的意识是值得肯定的，只不过还要意识到一点，教育孩子其实是有更好的方法的，既然有可以让自己轻松同时孩子也能从中受益的好方法，我们又何必自寻烦恼让自己和孩子都因为教育问题而变得焦虑起来呢？

至于说那个好方法，显而易见，自然就是我们自身的良好表现。

《世说新语·德行第一》中讲了这样两个小故事：

第一个小故事：

竹林七贤之一的王戎，其父王浑官至凉州刺史，因自身颇有德行而素有美名。王浑去世后，凉州部下官吏都怀念他的德行恩惠，相继凑了几百万钱做丧葬费，王戎却一概不取。

第二个小故事：

东晋名士谢安的夫人经常对子女开展教育，她问谢安：“怎么从来不见你教导儿子呢？”谢安却说：“我自是也经常教育的，我用我的言行来教育孩子。”

王戎为什么能做到面对几百万钱而一概拒收？当然是因为父亲王浑素有德行，其德行早已深入王戎的内心，他当然也不会让自己的言行辱没父亲德行的美名。这便是父母自身的德行对孩子成长的影响。

而谢安显然是悟到了教育的真谛，那就是自身的言行才是对孩子最直接的教育，他努力做好自己，孩子自然也会因此而受到启发。

由此可知，教育孩子的前提是给孩子做好榜样，以身作则，营造良好的家庭氛围，而不只是说教，因为“言教者讼，身教者从”。

战国时的韩非子也写过一篇教育故事，名为《曾子杀彘》。

一天，曾参的妻子要到集市上去，可是儿子哭闹不止也要跟着去。为了让儿子听话，曾妻就哄儿子说：“乖儿子，不要哭了。你要是听话，娘从集市回来就给你杀猪炖肉吃。”儿子听说有肉吃，果然马上不哭了，乖乖待在家里等着娘回来。

曾妻从集市上回来，只见曾参拿着绳子正在捆绑猪，旁边还放着一把明晃晃的尖刀，他正准备杀猪呢！曾妻一见就慌了，急忙制止曾参说：“我刚才只是为了哄孩子才这样说的，并不是真的要杀猪啊！你怎么还当真

了呢？”

曾参语重心长地对妻子说：“你要知道孩子是不能欺骗的。孩子尚且幼小，什么都不懂，只会学着父母的样子做事，听父母的教诲。今天你若骗了孩子，就等于让他学会了说谎和骗人。再说，今天你若欺骗孩子，孩子就会觉得母亲的话是不可信的，以后你再教育他，他也不会相信了，这样对孩子的教育就变得困难了。你说，这猪是不是该杀呀？”

听了丈夫的一席话，曾妻后悔自己不该用假话哄骗儿子，可是既然自己已经说了要给孩子杀猪炖肉吃，就要说到做到，取信于孩子。于是，她也挽起袖子和丈夫一起磨刀杀猪，并为儿子炖了一锅肉。儿子一边高兴地吃肉，一边向父母投去了信任的目光。

曾子花如此大的代价，为了什么？正是为了教子，要知道，“婴儿非与戏耳。婴儿非有知也，待父母而学者也，听父母之教”，父母的言传身教正是教育的根本。

可见早在几千年前，古人就已经意识到教育孩子不只是说教，最重要的是自己的所作所为，会影响到后世子孙。

颜之推在《颜氏家训·治家》中说：“夫风化者，自上而行于下者也，自先而施于后者也。是以父不慈则子不孝，兄不友则弟不恭，夫不义则妇不顺矣。”司马光的《居家杂仪》指出：“凡为家长，必谨守礼法，以御群子弟及家众。”李昌龄《乐善录》云：“为父为师之道者无他，惟严与正而已。”这些说的就是家长的以身作则、示范带动作用。只有家长做到正身率下，公正不偏，才能使孩子健康成长，家人和睦融洽，家庭秩序井然。

还有很多耳熟能详的俗语，像“龙生龙，凤生凤，老鼠的儿子会打洞”“老子英雄儿好汉”“将门出虎子”，这些其实都是在说同一个意思，那就是身为父母，自身的德行思想、言谈举止，以及所营造出来的家