

母亲、父亲与孩子

Mothers, Fathers and Children

育子箴言

Practical Advice to Parents

出版说明

抚养和教育孩子是父母的天职。然而，父母如何与孩子相处，如何成功地教育孩子成长，却是每个家庭都颇费心思的事。我们应该遵循精神素质的发展原则，抚养和教育孩子以及解决孩子和父母每天必须面对的问题。本书正是基于这一原则展开论述，娓娓道来，句句真诚，谆谆告诫。

本书作者阿里·阿克巴尔·福鲁坦，是一位享誉国际的作家、演说家和教育心理学家，他最初受教于莫斯科，有着广泛的阅历和丰富的经验，讲学活动遍及欧洲、非洲、澳洲、美洲和亚洲，并以他的智慧、善良和幽默感而受到普遍的爱戴。

本书是作者根据其与儿童及其父母相处的亲身经历写成。作者以儿童心理学家的身份，以极端认真负责的态度，呕心沥血，用尽真情书写，每一个建议、每一句话都发自肺腑。他衷心提醒父母在教育孩子方面要走出误区，尊重、理解、保护孩子，使其在宽松的环境中茁壮成长；努力培养孩子的好习惯和必要能力，使其真正理解纪律、秩序、责任、正义的含义，成长为对社会有用之人。关于抚养教育孩子的书籍很多，但能像该书出自国际著名专家之手，且是极其中肯真挚的精品之作实属罕见。这是一本富有实践和鼓励意义的指南，兼顾知识性和趣味性，鼓励父母致力于教育孩子，使其成为有道德规范的

人，从而也意识到为人父母的光荣与责任。作者唯念通过此书让父母于日常培养孩子的苦差事中得到真正有益的帮助。

本书曾出版过英文版、波斯文版、中文繁体版等多种文字版本，受到广泛的赞誉。我们满怀真诚地把这部呕心佳作介绍给大家，希望每个家庭都能从中得到真切的教益。家庭是社会的基本单位，为了家庭，为了社会，为了下一代，让我们共同努力！

编 者

2001年8月

修订说明

本书2000年初版，2001年再版，受到广大读者的欢迎。本书为2001年版的第二次修订本，书名变回《母亲、父亲与孩子——育子箴言》，按2008年重译版研习教材替换相关圣言，统一译名，同时对部分文字作了修订。

专此说明。

编者

2016年1月

目 录

第一章 给父母的六个忠告

- 一 父母之间应保持一致 2
- 二 使孩子养成好习惯 6
- 三 父母的言行是孩子的楷模 9
- 四 自我克制 12
- 五 对孩子信守诺言 13
- 六 哄骗孩子的害处 16

第二章 尊重孩子

- 一 严厉粗暴百害无益 21
- 二 辱骂、威胁、体罚遗害无穷 23
- 三 恐吓会使孩子缺乏勇气 28
- 四 开玩笑要适度 29
- 五 吹毛求疵会使孩子难堪 31

第三章 正确对待孩子

- 一 别把孩子当成大人 35
- 二 孩子的要求须甄别 37
- 三 孩子的话不可全信 40

四	认真回答孩子的问题	43
五	正确对待孩子的谎话	45
六	努力克服孩子的自私心	47

第四章 孩子常见的问题

一	执拗	51
二	偷偷摸摸的行为	54
三	嫉妒和竞争	56
四	搬弄是非	58
五	宠坏的孩子	60
六	乱发脾气	62
七	不活泼的孩子	64

第五章 如何保护孩子

一	关注孩子的身高体重	69
二	保护孩子的视力	71
三	不要强迫孩子过度背记	71
四	避免孩子过分疲倦	73
五	别带孩子晚上串门	76
六	暑假要让孩子充分放松	77
七	防止孩子过分紧张	78
八	重视遗传对孩子的影响	81

第六章 孩子与自由

一 在街角与胡同玩耍的害处	86
二 谨慎择友	88
三 饮酒的害处	90
四 不看不健康的影视节目	93
五 不读儿童不宜的图书	96

第七章 促进孩子的成长

一 母亲要做好“第一任老师”	102
二 保持与子女的亲密关系	103
三 母子之情弥足珍贵	104
四 教育孩子是父母的天职	106
五 母亲的尊严不容侵犯	107
六 父亲的责任重于泰山	109
七 帮助孩子度过青春期	111
八 磋商是青春期教育的法宝	114

第八章 以宗教精神培养孩子

一 敬畏上帝	120
二 不要诽谤	123
三 不做伪君子	125
四 尊敬父母	127

第九章 培养孩子的智力

- 一 锻炼敏锐的感知、认知能力 133
- 二 记忆力的种类、特征和作用 134
- 三 记忆力是怎样起作用的 135
- 四 防止记忆疾病 137
- 五 不同种类的记忆 139
- 六 什么是好的记忆力 140
- 七 努力培养良好的记忆力 140
- 八 传授科普知识 142

第十章 孩子的道德教育

- 一 教孩子学会服从 148
- 二 培养纪律和条理意识 150
- 三 做家务是很好的锻炼 152
- 四 有责任心才能成大器 154
- 五 道德教育是育子之本 155
- 六 识体明理终生受益 156

前 言

本书根据本人以儿童心理学家的身份与儿童及母亲相处的亲身经历写成，它只是父母抚养孩子的实用指南，而非学术性报告，当然学者和教育家可能从中发现他们感兴趣的信息。本人意在通过此书让父母于日常培养孩子的苦差事中得到帮助。

在本书的写作过程中，本人研究了巴哈伊经典、《圣经》、《古兰经》、哲学家，如洛克、卢梭、康德、达尔文和斯宾塞和其他当代教育学家以及儿童心理学家的（思想）精华，并加以融会贯通。本人未将这些书名一一列出，不过，有兴趣的父母可以在书店和图书馆里找到丰富和有益的资料。

本书原作为波斯文版，后又出版了英文版。本人对译者卡塔永、罗伯特·克里勒和玛赫纳兹·阿夫拉图尼（翻译了波斯文诗篇）深表谢意。此处，也感谢校对金妮·希西、史蒂夫·埃迪、鲁斯图姆·萨比特以及斯蒂芬·汤姆林。

阿里·阿克巴尔·福鲁坦

第一章 给父母的六个忠告



按照巴哈欧拉的教义，家庭是人类社会构成的基本单位，必须依照神圣的原则进行教育。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

伟大的哲学家赫伯特·斯宾塞把家庭表述为有机社会的最基本单位。这个概念对我们每个人来说都是很重要的。正如有国法、家有家规，这样才能在公正平等的原则下管理好家庭。这样，孩子才会理解纪律、秩序、责任、正义的真正含义。否则孩子的教育就不能建立在正确的基础上。

在孩子心中播下友爱与文明的种子这一基本目标对孩子的教育一直有着重要影响。近年来，人们将家庭作为社会单位进行了细致的研究。专家们的研究成果对父母们很有意义。在此介绍一下其中的一些成果。

一 父母之间应保持一致

你们被创造的目的是互相表现友爱而不是互相仇视敌对。

——《巴哈欧拉书简集》

在每个家庭中，父母都是立法者、执法者和法官。在家庭这个小小的“国家”里，这三个管理权都集中在父母手中。他们不断地制定规则和法规，要求孩子们做些什么，或不做什么。如果孩子之间出现分歧，则由父母作出裁决。

1. 父母应该在教育孩子的所有方面，无论大小事上都取得共识，应该在孩子身心培养的问题上相互磋商，经过周密调查、仔细考虑，再作出某些规定。这些规定应与正确培育孩子这一宗旨相一致。如果达不到这一目的，他们就应该求助于专家，并按其建议行事。父母在培养子女、管理家庭方面一定要意见一致，以便使子女从小受到一致的培养，不会看到父母在想法与意见上有什么分歧。

如果父母在抚养子女问题上观点总是不一致，并在孩子面前争论，各执己见，和谐的氛围就会从家庭中消失，幸福的大门就会关闭。在这种情况下，孩子往往不是倒向父亲一方，就是倒向母亲一方。在这种环境中，根本不可能对孩子进行正确的教育。

2. 如果父母在培养子女方面想法、意见不一致，总是争吵，相互干涉对方或吹毛求疵；如果父亲的命令与母亲的不同，或者母亲违背父亲规定的原则，孩子就会感到困惑，不知所措，不知该听谁的话，结果是谁的话也不听，长大后会变得我行我素，无所顾忌，马马虎虎。

下面举例说明这一问题。某父亲认为自己13岁的女儿去朋友家没有任何错误，而母亲则认为女儿这样做不妥当，女孩子不应该自己外出。父母没有一起商量过此事，并在这一问题上取得共识。

于是，当女儿请求父亲答应她去朋友家时，父亲说：“当然可以，去吧。”父亲说完就出门了。但是当女儿要出去时，母亲则不准她出去，并为父亲答应孩子外出而感到气恼。母亲

说：“你敢把脚迈出家门?!”孩子说父亲准许她出去的。母亲生气地说：“你父亲错了。”

结果女儿只好听妈妈的话，不去朋友家了。但是到了晚上，父亲回家时，女儿大发牢骚，引发了父母间的争吵。父亲因自己的话成了“耳边风”而大为恼火，要找妻子理论。妻子为了坚持己见、维护自己的尊严，也不示弱，把心里想的事全兜了出来。结果夫妻俩吵了一架。

1. 很明显，在这种家庭中孩子的性格会变坏。如果在孩子面前，父亲轻视或公开蔑视母亲，贬低她在孩子心目中的地位，孩子长大后就会变得粗鲁无礼，控制母亲或不听母亲的话。

2. 另外，母亲为了报复，往往会背后说父亲的坏话，使孩子对父亲产生敌意，并降低父亲的威信及他在孩子心目中的地位。她把父亲说成是蛮横的人，使孩子对父亲产生恐惧感。

例如，母亲带孩子去商店，用父亲的钱给孩子买一双鞋。她告诉孩子千万别把此事告诉父亲，并解释说如果告诉父亲后，他会“把我们都打死”。听了这些话，可想而知孩子会对父亲产生什么态度了。

如果父母总是不和，会对天真的孩子产生不良影响，剥夺他们生命中最甜蜜的果实——母爱和父爱。所以说父母在想法与观点上保持一致，是家庭生活的首要条件，否则，就不会有家庭的和谐与心情的平静。

很多父母问孩子一些不明智的问题，并要求孩子作出具体回答。例如，在母亲面前父亲问孩子他最爱谁。他当然指望孩子

爱父亲胜过母亲。孩子犹豫着不知如何回答。他想如果说更爱父亲，就会伤母亲的心；如果说更爱母亲，就会使父亲生气。想了一会儿，他看着父母的眼睛说对他们两个人都一样爱。可惜的是，这个明智的回答无法使没经验的父母得到满足。他们硬要孩子二选一。这时孩子开始表现出虚伪。由于父母逼着他作选择，他只好说更爱为他提供更多物质利益的一方。也许他说的是违心话。尽管他更爱母亲，但还是对父亲说：“当然，我更爱你。”因为他在物质上依靠父亲，怕他生气。后来，父亲不在场时，母亲会骂他忘恩负义或不忠实。孩子则诚实地说：“当然，我爱你胜过父亲，但我不得不说更爱父亲，这样父亲会给我买新鞋。否则父亲不会给我买鞋子。”很明显，从道德和教育的观点来看，在家庭中这样对待孩子会产生不良后果。

如果家里充满爱，父母亲密无间，他们就会在要求孩子做什么事之前，预先商议好，达成共识，在孩子面前表现得完全一致、毫无分歧。如果家庭不和睦，结果则非常糟糕：悲伤、痛苦、沮丧、失意充斥家庭。父母之间意见分歧，相互疏远、隐瞒自己的想法，相互抵毁、贬低对方。孩子们就会吵架，不尊重父母。

总之，父母应该在教育子女的所有问题上保持一致，避免分歧，以便把家务处理得井井有条，使孩子心中充满爱与温馨。家庭应该和谐得像玫瑰园一样。在家庭中，孩子们应该尊重父母，看不到父母有任何分歧。

孩子身上应焕发出友爱和亲情之光彩，他们的心中应高燃团结的明灯，家庭环境应通过这个恩惠成为一座玫瑰园；孩子

应敬畏父母，感觉不出他们之间有任何不和睦，使孩子成人后能够成为服务人类的人。

二 使孩子养成好习惯

一个人的青春期一旦过去，再想教育他并提升其品性便殊属不易。经验表明，届时，任何企图改变他的某些秉性的努力都将徒劳无功。或许，他今日会有所改善，但不过数日，便故态复萌，依然如旧。因此，在童年初期就必须奠定坚实的基础。枝条嫩绿时才容易使之变直。

——阿博都-巴哈，《巴哈伊教育箴言》

人的儿童期很长。某些儿童心理学家认为孩子12岁成熟，有人说要到14岁。在这之前的时间被看作是童年期。

让我们引用诗人哈基姆·内扎米(Hakím Nizámí)的诗句吧：

君仅七岁娃，犹如原上花。

如今已十四，恰似参天柏。

此非等闲时，正是学艺日，更是自强时。

鱼一生下来就独立生活，不需要什么帮助。幼儿则不同。幼儿在很长时间内都没有自理能力，要依赖别人。孩子在漫长的幼年期，善于模仿学习，每个教育者都应注意这一点。如

果父母对此没有给予应有的注意，就会错过非常宝贵的机会，就会由于无知而使自己的宝贝孩子终生痛苦与不幸。这样的父母如同挥霍无度、浪费资财的人，到头来无能为力，只能求助他人。

孩子有一个漫长的幼年期，这就是为了在教育者的指导下，增强体力和智力，获得基本知识，养成一些好性格和习惯，以便将来面对人生（人生是很艰难的，有时是痛苦或令人不愉快的）。孩子会渐渐地为将来的生活做好准备，以便勇敢地面对社会的挑战，使自己的天性与社会需要相吻合。社会在等待着他们。

经验证明，孩子在成熟前很容易接受教育；成熟后，训练与教育比较困难。也就是说，当他们从幼年向成人过渡时，训练就变得相对复杂了。所以教师与家长应该充分利用孩子的幼年期，不能错过这一宝贵的机会。孩子幼年期中的每一小时、每一分钟都有着特别意义。忽视孩子的每一分钟都会给孩子的未来造成缺憾。

当一个海员要过一个危险的海峡时，会抓紧时间做好准备。为了安全到达目的地，使船经得起大风浪，他必须谨慎小心。同样，做父母的要将孩子这艘船驶入社会生活的风浪中，须先为安全到达彼岸做好准备，为其长时间的危险航行提供必要的东西。

有些父母对孩子的幼年期没有给予应有的注意，而是认为孩子应该按自己的性子和要求行事，无需任何人干涉。他们希望孩子长大后会自己懂事，会自然地认识到该干什么，该怎样

在社会上做人。这样的父母就好像是不修剪花木的园丁。这些园丁希望树木长大后自己变好。

正如著名诗人萨迪（Sa'di）所说：

幼年无教育，幸福无觅处。

嫩枝可修理，唯火正干枝。

为了使孩子受到良好的教育，只要求他上学是不够的。在家庭和社会中，也必须对他予以关注，使其生活得有条有理，在每一分钟的宝贵时间里都受到良好的教育。有些儿童心理学家认为对孩子的娱乐与玩耍也要予以科学的安排。孩子天性爱玩，教育者应该利用孩子这一天性进行教育，以便使他们通过玩耍增强体力和智力，使孩子的智慧之光得到保护，以照亮生命中的黑夜。

父母与教育者应予以高度重视的问题就是习惯在人生中所起的主导作用。仔细观察，我们会认识到“习惯是第二天性”这一说法是非常准确的。无论一个人有了什么习惯，这个习惯就会成为终生的朋友，很难甩掉。

例如，一个人用了多年的怀表，后来即使换用手表，但是要看表时，还会不由自主地将手伸到口袋里取表。这就是习惯于用怀表的缘故。

再举个例子。当你忙于写信时，你把墨水瓶放在右边。写了几行后，把墨水瓶移到左边，再继续写。笔干后，你会自动将手伸到右边蘸墨水，笔尖碰到桌子时，你才发现错了。你还

会再出几次这样的错，只是因为你在挪墨水瓶前，在右边蘸了几次墨水。

我们只要对某事做上几次就会形成习惯，这就是习惯的力量。在漫长的幼年期中，人会自然而然地养成一些好习惯或不良习惯。著名的哲学家约翰·洛克说，孩子内心中的石碑简单又纯洁，教师可以利用教育这一工具进行任意雕刻，不管其遗传特点如何。这句话还可换一种说法，即“传授孩子知识，就像在石头上雕刻”。

如果在抚养者的精心照料下，孩子趋善避恶、追求知识与完美品性，那么长大后就会成为有益于社会进步的栋梁之材。

三 父母的言行是孩子的楷模

人们啊！小心勿做会教导人而自己却忘了身体力行的人。

——《巴哈欧拉圣作选粹》

父母自然都会关心孩子的教育，希望孩子长大后能成为一个正派、好性情的人，成为有教养的、上进的社会成员。

你当然不喜欢孩子撒谎、诽谤、侮蔑别人。你希望他们诚实可靠，不要出言不逊；希望他们尊重父母。简言之，就是希望他们遵循有益于人类进步和幸福的道德原则行事。如果你确实是怀有这样的愿望，那就必须认识到：你的愿望只有转变成自己的行动时，才能够实现。换句话说，你要求孩子获得

的特点和优点，你自己必须具备它们。世界上著名的学者认为父母的言行对孩子具有很大影响。专家们都一致认为孩子的品行与举止是从父母，特别是从母亲那里学来的。母亲对孩子具有更大影响。无论父母说什么或做什么，无论这些言行是好是坏，都会成为孩子的行为模式。

很多儿童心理学家认为孩子的大多数行为都是模仿出来的。我们可以把孩子比作镜子。这镜子可以反映出父母或其他与其接触的人的言行。

由此，清楚可见，父母的一言一行，都会在孩子的培养和教育过程中产生一定的影响。例如，如果父母真心希望爱子诚实、不诽谤别人、不忽略祈祷或其他宗教仪式，不骂人——如果这代表了父母最热切的心愿的话，那么，他们在家里和在孩子面前就必须克制自己不要说谎、不恶意攻击别人，必须朗诵祷文和天天听从上帝的告诫。只有这样，孩子才能向他们学习，并能在灵性、虔诚和有信仰的环境中成长。

例如，不管你如何经常地告诫孩子说谎不好，说谎者被人瞧不起，正如波斯的一位名诗人说过的：

谎言使人蒙羞，谎言带来耻辱。

如果你在孩子面前说了谎，或孩子发现你话中有假，你的这些劝告就像早晨的雾被阳光驱散一样，马上就会烟消云散。如果孩子帮着你说谎，你要求孩子不说谎的忠告自然会更快失去作用。

例如，一个父亲正在告诫孩子不要说谎，这时刚好有客人要拜访孩子的父亲。但是父亲叫孩子出去告诉来访者说父亲不在家。那么父亲的忠告对孩子还有什么作用呢？他会在孩子的心灵上播下诚信的种子吗？

所以，无论父母对子女说什么，或叫他们做什么，父母都应该在日常生活中按同样的行为准则行事。在儿童教育方面言行不一，不会带来任何效果，只是白费时间。

很多父母认为自己的孩子“不会知道这些事情”。其实，孩子除了善于模仿，还非常好奇。他们对一切事情都喜欢刨根问底。什么事情也逃不过他们敏锐的眼睛。他们敏感、活泼、好奇，能力与智力并不差。他们用自己的眼睛观察周围的事情，根据自己的理解解释、判断他们的所见所闻。

当我们把水放在火上时，水马上开始吸收热量，不断升温，直到沸腾。孩子的情况也是如此。孩子从小的所见所闻日积月累，到了一定时间就会表现出来。

父母应该意识到孩子在仔细地观察他们的一举一动，并按自己的理解力解释一切。即使他们并不经常表达他们的感情和想法。

在家庭中常常会出现这样的事：父母以为孩子睡熟了，不会听见他们说什么都了，所以就谈论一些不该在孩子面前说的事。他们自以为那些对孩子不利的话没有被孩子听到，但是到了次日早晨，孩子说了一些他们的谈话内容，他们才发现孩子昨晚装睡，偷听了他们的谈话，而且把这些话记在了心里。

父母应该永远保持警惕，注意自己的言行，甚至在认为孩子睡着时，也不要放松警惕。父母不要以为孩子不懂事，父母的言谈举止都会被孩子模仿。如果他们的言行是正确的、合理的，就会对孩子产生好的影响。而错误的言行，肯定会给孩子带来不良的影响。

四 自我克制

个人的教化应当达到这样高的程度：宁可让人割喉也不愿撒谎；宁可被刀砍矛刺也绝不诽谤他人，或被暴怒冲昏头脑。

——《阿博都-巴哈文选》

容易发火或易被激怒的人通常不能对自己的想法和言语加以控制，而紧张情绪又使他们无法采纳萨迪的忠告：

三思而言，未雨绸缪。

寡思而言，语无伦次。

由于失控，往往难以适当地表达自己的想法，结果会说出不近人情的话。但是气消后，就会非常后悔，而后悔也无补于事。

从教育的观点来看，这种情形会严重影响孩子。一个父亲或母亲说出的不妥当的话常常会改变孩子的生活，甚至使其遭受彻底的失败。

例如，妻子由于种种原因被丈夫伤害了感情。后来压抑的怒气爆发了，她当着孩子的面指责丈夫。母亲由于发怒，说了一些她本人也认为是不真实的事情。在正常的情况下，她是决不会说的。

例如，她可能说，“看看这个可耻的家伙，我的丈夫，他既富有、又健康，而我一直过得很可怜、很痛苦。如果真有上帝惩罚有罪的人，那么你们就不会看到他是今天这个样子。我也不会落到这种可怜的境地，谁也不帮我，也不问问我的情况怎样。”

站在跟前的孩子会为眼前发生的事而感到困惑和伤心，他会深受母亲的影响，相信母亲的话是真的。当母亲消了气，试图说服孩子她所说的并非事实时，已经无济于事了。她的话已在孩子心中产生了影响。

父母至少应该在孩子面前控制自己的怒气，不要说对孩子有害的话。如果发完火后说“我们生气时，言行失控了”，是没有什么用处的。孩子在眼前，就是提醒父母不能为所欲为。正像一个人在别人面前试图控制自己的感情一样，在孩子面前也应该控制自己的怒气。

五 对孩子信守诺言

诚信是通向人民安宁与安全的至伟之门。每样事情的稳定都一直取决于并且确实取决于它。

——《巴哈欧拉书简集》

孩子在幼年期就应该培养重承诺、守信用的品质。如果社会上的每个人都重然诺、守信誉，那么信赖的大门会向社会上的每个人敞开，人与人之间就会建立融洽的关系。

我们都深知失约不断给人们带来麻烦，阻碍社会事务的正常运行，打乱正常的工作秩序。我们经常听到人们抱怨某人是不守约。例如，你订做一双鞋子，鞋匠答应你某一天做好。但后来你跑了很多次才拿到你订做的鞋子。

如果我们希望将来有一天消除这个弊病，现在就必须采取措施，使孩子愿意信守诺言，不要养成轻诺寡信的恶习。要做到这一点，家长必须不能让孩子看到父母失约。遗憾的是大多数父母对此很少注意，对孩子不守约。他们亲自培养了孩子的这种坏习惯，使他们不把信守诺言当回事。

例如，一个小孩子注意到母亲准备外出，就跟着母亲在屋里转来转去，他想要母亲陪伴，所以哭了。为了使孩子平静下来，母亲答应他如果他待在家里不哭、好好玩，她回来就给他买玩具和糖。母亲说这话时，完全知道自己会忘掉这些事，只不过是哄孩子暂时安静下来。她认为必须这样才能止住孩子哭闹。“单纯”的孩子以前就被母亲这样哄过。但是孩子还是相信了母亲的话，在家里平静地等候着。他擦干眼泪，尽量使自己高兴起来，以免母亲说他不听话。孩子这一方是完全信守诺言了，在家里表现得很乖巧，并一直在数着时间，等母亲买来玩具和糖。最后，等待的时间结束了（这段时间对他来说太难挨了），听到了母亲的脚步声，他冲出去问候母亲，先看看母亲是否买了什么东西。他脱口问道：“妈妈，给我买玩具

和糖了吗？”母亲假装吃惊的样子，深深叹了一口气，两手一拍说道：“喔，没有。我忘了！告诉你我干什么了。我碰到了邻居，就说起话来，把这事就全忘了。这是我的错，不过别担心，下次我去商业街，一定给你买。”

如果谁记得幼年时遇到过这种情况，就会体会到这种事是多么令人伤心、叫人生气。这种失望会让人久久难忘。

孩子对父母不守约的反应有各种各样：有的孩子尖叫；有的默默地哭；有的指责母亲说，“不要撒谎，你没有忘记，你是不想花钱。”但是，这种事的结果对孩子来说是相同的，孩子会得出结论：“既然父母总是不守约，失约就不是什么错。否则，父母就不会这样做。”

我曾经见过这样的事：一位祖父要去市场，三岁的孙子稚气十足地要他给捎点东西回来。祖父说：“等我回来时会给你捎个好玩意的。”当他回来时，孙子跑上前去迎接他，眼神闪亮，充满稚气，但满怀信心地问：“你捎来好玩意的吗？在哪儿呀？”祖父虽知自己理亏，但却满不在乎地耸耸肩，说了一句：“我忘买了。”那可怜的孩子大吃一惊。此情此景，看着令人生怜。

父母和与孩子打交道的人应该认识到失约对孩子的不良影响，尽力避免这种行为。或者不对孩子作出许诺，或者信守诺言。在对孩子许诺之前，父母应该先判断一下是否能信守诺言。如果能做到当然很好，千万不能靠许诺欺骗孩子。否则，他们会犯两个错误：

1. 他们失约。

2. 在孩子心中播下不守约这一坏习惯的种子，这种坏习惯发展下去，会引起很多问题。

六 哄骗孩子的害处

诚实是一切人性美德的基础。若无诚实，任何灵魂都不可能上帝诸世界里取得进步和成功。当人人谨守诚实时，所有的神圣品质皆可以实现。

——阿博都-巴哈，《巴哈伊世界信仰》

“唉，我对孩子真是烦透了”，“他们毁掉了我一生中最好的时光”，“我的孩子简直不给我喘气的机会”。很多母亲往往向她们所接触的人这样抱怨自己的孩子，使人知道，她们对孩子完全失去了耐心。

为了逃避孩子，找个机会休息一下，母亲采用各种各样的办法，而且它们大多数违背了教育准则。她们之所以这样做，是因为不知道有什么正确的办法。为了获得片刻休息，哄骗便是母亲们常用的办法之一。

下面是这样一个例子：母亲想去电影院，但不想带孩子去。当孩子问母亲去哪里时，母亲回答说：“我身体不太好，要找个医生开药。”孩子从母亲的外表——她的脸色、明亮的眼睛和敏捷的动作——判断出母亲可能在说假话。母亲离开后，孩子就开始揣摩她的话。根据脸色、眼神和那高兴的様子，母亲不像病人，谁也不会那样兴高采烈地去看医生。

孩子着急地等待着母亲回来。他注意到母亲很晚才回家，也并没有拿药回来。

孩子小心而又怀疑地问道：“妈妈，你去看医生了吗？”

为了掩饰自己临走时说的谎话，母亲又编造说她在路上碰见了某某人，去那人家里了，没有能够去看医生。这样母亲漏出了破绽，在孩子面前丢了面子。她自己也意识到孩子发现了她在说谎。这种情况对孩子很明显是有害的。

一个儿童曾经很激动地说了一件事。有一天母亲带着儿子去电影院，但是却对女儿说带他去看牙医。他们回家时，女儿躺在床上装睡。母亲叫她，她却不答应。母亲以为她睡着了，于是便与丈夫谈起下午与孩子去看电影的事，女儿听到了这一切。第二天早晨她告诉母亲：“妈妈，昨天晚上我梦见你带我哥去看了某某电影，还给他买了这样那样的东西。”

这种情况毫无疑问会对孩子的道德品质产生不可估量的影响。这种做法应该从家庭中彻底根除。说谎比任何别的坏事都更有害于子女，无论对大孩子还是对小孩子撒谎都是有害的。

父母应培养孩子诚实的习惯。当父母要做某事，或因某种原因离开时，必须讲实话。家庭中永远不要出现说谎、欺骗的事。父母应循循善诱，向孩子灌输这个道德准则，使孩子成为诚实、有教养的公民。

守基·埃芬迪曾经写道：“他们应该努力、温和及耐心地将道德行为准则灌输给孩子，机智慈爱地将圣道的原则和教养介绍给他们，使他们成为‘神的真正儿子’，成长为天国的忠诚和有智慧的臣民。这是巴哈欧拉为各类教育明确设定的崇高目标。”

第二章 尊重孩子



你们应当知道：我用同样的泥土塑造了你们，以免有人贬低别人，抬高自己。这一点要时刻牢记！

——巴哈欧拉，《隐言经》

我谕示你们谦恭礼让，因为此乃一切美德中的王子……谦恭礼让的人必享尊贵。

——《巴哈欧拉书简集》

我们根据经验知道，孩子天生脆弱、敏感，观察敏锐。我们可以把孩子脆弱的心比作花瓣；把他们的感情比作清澈的水；把他们的观察力比作显微镜。花瓣稍遭蹂躏便会枯萎、凋谢；清水稍被搅动就会混浊。而显微镜般的观察力使他们明察秋毫。

很不幸的是有些父母不是满怀温情和爱意而是粗暴无礼地对待孩子。可以说，社会各阶层的家庭中都不同程度地存在着这种现象。对孩子粗暴无礼是非常有害的。

很多父母很少考虑到小孩子的尊严。也就是说，没有把他们完全当作人来看待。他们认为孩子身体没有发育成熟，也就不尊重他们的感情和愿望。科学与经验证明，这种看法是错误的。如果父母有这种想法，对孩子就不尊重，有时甚至会很粗暴，这往往会伤了孩子脆弱的感情。父母这样做不仅伤害了孩子，也有损于自己的尊严。

孩子敏感，易受伤害，又好以自我为中心、提出各种

要求。父母不尊重孩子或不顾及他们的感受，孩子马上就会觉得伤心。如果孩子不断受到伤害，他就会变得神经脆弱、郁郁寡欢。孩子习惯父母粗暴的态度后，就会渐渐不把挨打受骂当作一回事。就像有的父母说的那样“孩子的脸皮厚了”。下面就是这样的例子：

当孩子提出问题或要求时，母亲粗鲁地说：“闭嘴！”“去死吧！”“滚蛋！”“别说费话！”“别吵！”等等。假如孩子不习惯听这些话，自尊心就受到了伤害，通常会伤心地又哭又闹。如果孩子常听到并习惯了这些话，这样的责骂就不起什么作用了。于是母亲只好说些更粗鲁的话。过一段时间后，孩子对此也习以为常了，母亲变得越来越粗鲁，到后来就会咒骂或辱骂孩子。

如果父母一开始就尊重孩子，一点也不使用难听的语言，父母稍微批评一下，孩子就会意识到自己的错，能对自己不好的行为加以克制。有经验的父母会意识到这一点，非常尊重自己的孩子。他们会这样对孩子说话“孩子，你表现得很不错。”“如果你一直这样做下去，就会为别人树立好榜样。”“你很守约，谢谢。”“你知道，如果你再这样做，你母亲该怎样生气！”

当然对待孩子的方式应因年龄而异，在这里不可能详细论述。但归根结底就是应尊重孩子，务必避免对孩子说粗暴的话。不管在什么情况下，父母都应该保护孩子的自尊心。不要认为孩子小、能力差，就无知、对事物不敏感。事实正好相反，孩子们有感情和自尊心，并且尽力维护自己的尊严。成年

人不愿意受侮辱或蔑视，孩子同样讨厌别人对自己不礼貌，或侮辱自己。如果父母经常粗暴地对待孩子，会造成不可挽回的恶果。

一 严厉粗暴百害无益

儿童不得受到压迫或指责，因为他们尚未成熟，他们必须受到耐心的教育。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

孩子不成熟，不能压制或责骂他们；对孩子必须耐心教育。下面是常见的几种情况：

1. 母亲在给婴儿喂奶，婴儿几乎什么也不懂，只是依偎在母亲的怀中想得到母亲的爱抚。碰巧柔弱的孩子胃痉挛，不能吃奶，哭叫起来，妈妈气得打孩子的屁股。如果孩子继续哭，妈妈就把孩子放在那里任其哭叫。

2. 孩子到了学说话的年龄，会不断问一些天真的问题，不想离开母亲，就像影子一样跟着母亲转。母亲变得不耐烦了。当孩子把房间搞得乱七八糟时，母亲就会生气地惩罚她那“捣蛋”的孩子。

3. 一群成年人坐在一起谈笑，讲故事，玩得很开心。一个孩子坐在那里认真地听他们谈话。因为他听不懂大人们谈话的内容，所以常插话要大人解释或重复一遍。这些人感到孩子很讨厌，不愿意和他在一起。他们不理睬孩子，甚至把他赶走。

孩子很敏感，脆弱的心灵受到了创伤。无奈之下，他只好向隅而泣。将来，他再不会愿意参加这样的聚会了。

在这样的家庭中，孩子的童年缺少幸福和快乐，常常在一种悲伤和绝望中度过，充满痛苦和忧郁。有些孩子则生活在欢声笑语里。他们常常接触泉水、高山、草地、田野、森林等自然环境；参观展览会，参加文娱活动，阅读有趣的书；他们受到了关怀、鼓励、爱抚和教育。即使做错了事，大人也会循循善诱，使其改正。但很遗憾，有的孩子却受到父母和大人们严厉又粗鲁地对待。他们没有安全的地方可以玩耍，也没有适合于他们年龄的书或电影可看。这些孩子像犯人一样生活着，环境恶劣，看守严厉而又粗暴。

这种恶劣环境对儿童的身心极其有害。这种环境培养出来的人身体虚弱、精神紧张、脾气暴躁、态度悲观。

父母、教育者和大人们应该认识到以下问题：

1. 儿童有感情、有思维，只是感情和思维处于初级阶段，就像花木的幼苗一样。幼苗需要园丁照料才能健康成长，而不是用斧子砍它的根，或者用刀子割它的皮，或折它的枝条和叶子。

2. 无缘无故伤孩子的心、怠慢孩子、伤害孩子是错误的。父母不应该使孩子伤心落泪。

3. 如果孩子受到父母伤害，认为自己是父母虐待的对象，就会渐渐地把对父母的爱转成恨，甚至想报仇。于是家庭的基础就会被削弱，家庭结构就会破裂。无视孩子的感情最能破坏家庭的结构。

4. 如果父母想教育子女、改正他们的缺点，那就必须用科学的方法，而不应该认为打骂孩子是正的办法。

对孩子的教育应尽量和颜悦色，并用甜蜜和充满爱意的言语与他们交谈。为何要将他们弄得哭哭啼啼、伤心难过呢？难道甜美的微笑、铜铃一般的笑声、欢悦的脸，不比泪汪汪的眼睛、哀叹、呻吟和痛苦强吗？让我们立下誓约：我们不要成为无辜的孩子的忧伤之源，而把他们抚养成欢悦的人。

二 辱骂、威胁、体罚遗害无穷

然而，绝不允许殴打或责骂孩子，因为这样只会彻底扭曲孩子的性格。

——阿博都-巴哈，《巴哈伊教育箴言》

爱和仁慈在改善人的性格方面上，远胜过处罚。

——守基·埃芬迪授写的某信函，

《巴哈伊教育箴言》

我们知道在很多家庭中都有威胁和骂孩子的情况。当母亲对孩子的调皮行为不耐烦时，通常会说些恐吓的话或骂孩子，不管是当教师或当家长的，也不管他们拥有什么样的社会地位或文化水平，他们常常会脱口说出这样的话：“真希望没养你这孩子！”“如果你再说这种话，我就割掉你的舌头！”

“我们要把你喂狼去！”“你再干这种事，我就要你的命！”
“但愿上帝惩罚你！”“我要打断你的每根骨头！”“我要打得你灵魂出窍！”“你赶快死了吧！”这些言语对孩子会产生难以估量的坏影响。下面谈一下其中一些坏处。

1. 辱骂孩子的坏处

专家们认为教育孩子时千万不能用言语伤害孩子。因为粗暴的话语会损害孩子的羞耻感和自尊心，导致孩子对教育者（父母或教师）采取无礼的态度。随着时间的推移，孩子会对辱骂习以为常，而且渐渐地对同伴使用同样的言语，最后，甚至会谩骂老师或家长。

孩子常常会默默地忍受家长的辱骂，但是当孩子忍无可忍、怒不可遏时，就会失去羞耻感，用同样的方式对待父母，用父母骂他们的话回骂父母。

经常可以看到有的孩子对父母的痛苦幸灾乐祸，以此平抑自己的报复心理和怨恨。更重要的是，一开始，孩子对这些骂人的话不很理解，但孩子经常听到这些话就渐渐理解了它的意思，这将对孩子产生无可挽回的影响，所以有教养的老师不应该对孩子使用不得体的言语。

父母要阻止孩子调皮捣蛋，千万不能用骂人的话。他们必须知道这样做不是纠正孩子行为的科学方法。骂孩子不仅玷污孩子的心灵，而且会使他们产生报复心理。

咒骂孩子是另一种错误。如果孩子认为父母对他们怀有恶意，他们对父母的爱和诚挚的感情就会渐渐消失。他们不仅会顶撞父母，而且会在心中产生恶意和仇恨。倘若父母总是粗暴

地对待孩子或咒骂他们，父母与子女之间的亲切感和友谊就会消失，孩子会渐渐变得骄横无礼。

孩子生来应该得到爱与关怀，咒骂孩子则远远背离了这一原则。即使父母说他们骂孩子是出于习惯，不要把他们骂孩子的话当真，但是这些骂人的话和骂人的行为都有很大的不良影响，这是不能否认的。谨慎的人办事都会首先考虑到行为后果，既然咒骂孩子对其身心只有害处，父母最好改掉骂孩子的习惯。

如果父母，特别是母亲通过亲切的话语赢得孩子的爱，当孩子遇到困难或精神紧张时，就会把父母当作朋友、伙伴和避风港，孩子会信任父母而不会躲避父母；如果孩子讨厌父母，认为他们残酷，就会与父母产生裂痕，甚至会离家出走。孩子得不到家庭温暖，就会仇视家庭、找别人作伴（这些人也许对孩子不怀好意），以便减轻心理负担。

另外，在家庭中如果父母对子女过分严厉或者不答应孩子的合理要求，孩子会渐渐感到失望。由于在家庭中遭受痛苦和挫折，他们会逃避家庭，不服从或反抗父母。

孩子就像花园中的幼苗，需要爱和关怀，需要友谊和同情，所以教育者不应该骂孩子或伤害孩子脆弱敏感的心，而应该对孩子非常和善、耐心。应该用科学的方法纠正孩子的错误。教育孩子并不容易，不能随心所欲。

2. 威胁孩子的害处

威胁孩子像骂孩子一样有害。如果母亲威胁孩子说要惩罚他，而实际上并没有那样做，孩子很快就会发现母亲并不会将

她的话付诸实施，她的目的只是恐吓。这样，孩子就会把父母的警告当作耳边风。

另外，过分威胁的话是永远不会付诸实现的，所以孩子通常会用这些话取笑大人，降低了教育者在孩子心目中的地位。例如：母亲发火时，会这样说：“我要把你的头剃下来！”“我要捣死你！”“我要把你碾成肉酱！”等等。孩子听到这些话只会发笑，因为若是真发生这些事情，反而显得很可笑。

任何国家中的学者和哲人，不管其文化背景如何，都反复强调：不要言而无信。如果一个人答应说他要做什么事而后来没去做，他的同事就会认为他是个不守约的人。

人的道德和高尚的品质之一就是守约。当孩子从小就发现父母无法将其威胁的话付诸实现，就会把父母的其他诺言也不当回事，认为他们只是随便说说而已。孩子也会渐渐养成轻诺寡信的坏习惯。

如果父母威胁孩子是为了教育孩子或纠正孩子的错误，那么采用威胁的办法是永远不会达到目的的，而孩子对这种威胁也并不害怕，所以家长应完全放弃这种无用而又有害的习惯。

在家庭中培养子女应该达到这种效果：父母对子女稍微轻视就是最厉害的惩罚。这个效果只有通过和颜悦色的教育才能达到。父母子女之间的关系越亲密，对孩子越少使用不得体的话语，就越容易达到教育孩子的主要目标——培养孩子的道德品质。

如果父母不得不以合理的惩罚警告孩子（这种惩罚是经过深思熟虑的），那么必须说到做到。否则，以后再警告孩子，

就不会起作用了。例如，如果父母告诉孩子因为他没有完成某件事或不听话，所以不能带他出去，那么不管孩子怎样哭闹都必须这样做。如果孩子哭闹，父母于心不忍，不照原来的话办，以后这种警告就不会对孩子生效。

父母有必要充分注意这几方面，尽管它们初看似乎不重要，但父母应深思熟虑之，因为这些方面对孩子童年后期有影响。

3. 体罚孩子的害处

对孩子进行体罚也像骂孩子一样有害。大多数教育者认为打孩子会扭曲孩子的性格。从16世纪开始（即在此方面有宝贵贡献的马丁·路德逝世后），诸如约翰·洛克、托马斯·莫尔爵士、考门斯基以及许多在此领域的有识之士都认为打孩子是令人憎恶之举，敬告指导者和父母要避免这种可鄙的行为。自20世纪初以来，大多数教育者心中即使有这种念头也是不允许的。

很多训兽师都认为不应该打动物，而应该用科学的方法对待它们。那些认为对孩子有必要进行体罚的人不懂得对待孩子的科学方法。儿童心理学家认为教育者不能打孩子，而应该了解孩子的复杂心理特点，掌握打开孩子心扉的钥匙，而不该伤害孩子的心。

对孩子进行体罚的害处很多，这里不能一一举例。简言之，打孩子会使孩子变得固执粗野，并产生复仇心理，渐渐使孩子失去自尊，使劝告建议失效。于是，教育者不得不采用更厉害的惩罚办法。不断受到惩罚和折磨的孩子不会成为心地善

良、感情细腻的人，而会渐渐变成粗野、冷漠的人。卢梭认为，孩子生来都是很好的，教育者不应改变孩子天生的气质和性情或改变他固有的性格，否则，他将会驱使孩子走向刚愎和不道德之路。

三 恐吓会使孩子缺乏勇气

在任何情况下，无论遇到什么人，我们都应
该秉持和善与人道的态度。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

恐吓孩子使其安静下来，是很普遍的现象。

让我们描绘这样一幅图画。一个孩子肚子痛、牙痛或头痛，痛得大叫。母亲用各种方法想使孩子安静下来。当她无法令孩子安静下来时，会想起自己的母亲在这种情况下是怎样做的，于是用恐吓的办法，或者装作一只野兽，或告诉孩子“狼来了！”母亲希望孩子能停止哭闹。如果这方法不奏效，母亲就大喊一声，马上把孩子吓得脸色苍白、浑身发抖，几乎晕过去。

母亲或保姆还常用下面的方法恐吓孩子：戴假面具，配上相应的声音，向孩子爬过去，把孩子吓得浑身发抖；讲一些鬼怪故事。

这些人之所以用这样的方法，是因为不了解孩子的身心状况。他们不具备培养孩子的资格。

女孩子应该了解儿童的心理和生理特点，以便长大当母亲

后能充分利用这些知识培养孩子。稍微懂点儿童身心知识的母亲就像在阳光下走路的人，可以轻而易举地辨认大路与坑坑洼洼的小路。那些没有育儿知识的人犹如视力低弱者走路一样，会遭遇到各种困难、危险。

孩子烦躁不安，父母应该找出原因。他们应该明白孩子不会无缘无故地哭闹。如果哭闹很长时间，父母无法找出原因，就应该找医生。如果用恐吓的办法，会造成无可挽回的损失。因为恐吓孩子会使孩子神经衰弱、胆小懦弱、害怕黑暗，没有陪伴不敢出屋；打雷、闪电、刮风、下雨等都会令他们感到恐惧，甚至睡觉时他们也不能放松，常常从恶梦中惊醒，或尖叫、哭泣；夜晚常常不能安眠，求母亲不要离开，握着母亲的手才能睡觉。

显然，孩子遭受过多惊吓，长大后缺乏勇气面对很多生活中必然会遇到的考验。总之，恐吓孩子对孩子的身心有诸多害处，建议所有家庭都完全放弃这种做法。

四 开玩笑要适度

凡事皆望适度。假如过分，就会带来不幸。

——《巴哈欧拉书简集》

一位阿拉伯名人曾说过，谈话中开玩笑就如同饭菜里有盐。同样，食物加上过多的盐就无法食用，谈话时说过多笑话也会令人生厌。开玩笑的话常常会在一些人中引起意见分歧，甚至敌意。

成年人之间经常相互开玩笑，有时话说得很过分，或说一些粗话。成年人对孩子开玩笑，甚至在孩子父母面前，也对孩子说一些不得体的话，这对孩子的成长有诸多害处。下面列举其中一些害处：

1. 开玩笑过火会使说笑话和听笑话的人都失去尊严。孩子会渐渐对大人粗鲁无礼。开玩笑的人在孩子眼中的地位会降低，得不到孩子的尊重。

2. 与孩子开玩笑会使孩子说话不得体。孩子会习惯于开玩笑，并说一些伤人的话。

3. 经验证明开玩笑很容易过火。开玩笑很像赌博。例如，当一个人说笑话引起了在场人的兴趣时，就会受到鼓舞，再说一些笑话。为了哗众取宠，他可能说出过分的话。如果开的玩笑没有达到预期的效果，他就会说一些更过分的话。这个过程自然会产生坏结果。

4. 养成开玩笑的习惯会使孩子长大后变得轻率，不庄重，不礼貌。

5. 如果别人对孩子不尊重，对他们说些挖苦的话（这些话他们不知道是开玩笑），孩子脆弱的心灵就会受到伤害。孩子会渐渐习惯于别人的侮辱，失去个性。这对他们将来的发展会产生很坏的影响。

所以不要开一些不得体的玩笑或逗弄孩子。当大人遇到孩子，与他们谈话时，应该对孩子表示爱和尊重，要有礼貌，态度庄重，说话要简单，让孩子理解，并使孩子尽量增长知识。如果想让孩子高兴，可以给他们讲一些有趣的故事。不要认为

孩子讨厌严肃的主题。恰恰相反，孩子渴望了解新的、有用的知识，但希望大人们用简单易懂的语言来解释。如果大人能使孩子理解一些严肃的话题，孩子很少有不愿意听的。

不要以为孩子除了肤浅的东西外什么也不知道。应该用简易的语言和例子解释一些常识，使孩子增长知识，激发他们的求知欲望，增强他们的思维逻辑性。

科学证明，人体的任何能力都是用则进，不用则退。同样，人的智力如果儿童时期不进行适当的开发，就会渐渐失去显示其潜力的可能性。

总之，要记住，不适当或过分的玩笑对孩子会产生坏作用。

五 吹毛求疵会使孩子难堪

你们要谨慎，以免伤害人，或使别人伤心；
不要以言犯众，不管是熟知者还是陌生人……

——《阿博都-巴哈文选》

有些父母犯的错误之一就是对孩子的小错加以指责。很多父母好像就愿意使孩子难堪，喜欢看孩子脸红或掉眼泪，就像一只凶猛的狮子折磨无能为力的小猎物。家庭中应该完全消除这种现象。

例如，孩子在学校里把自己的钢笔给了同学。一个成年人如果做了这样一种事，会觉得自己帮了别人忙而感到舒心。可

是当孩子回家后，母亲问起他的笔哪去了，孩子心想：如果说实话，肯定会挨骂；如果不说实话，从道德上说是不对的，因为大人们都反复强调说谎不对、永远不要说谎。

孩子决定也像大人那样，撒个小谎以免母亲追根究底，于是他告诉母亲说钢笔丢了。

几天后，这个母亲通过别的学生得知钢笔是给了朋友——孩子欺骗了她。下一步的情况便不难想象，孩子放学回家坐在桌子旁吃午饭时，母亲便开始了审问。就像法庭上的犯人，孩子没有任何选择，只能听原告人的申诉和法官判决。

母亲反复地问：“你说你的笔到底哪去了？”孩子会这样回答：“怎么为这样一件小事大惊小怪？我说过钢笔丢在学校里了。”

“你在说谎，你把笔给了朋友。我说过多少遍了，不要干这种事！我到底作了什么孽，养了你这样一个孩子！”

孩子还没有来得及为自己辩护，母亲详细地说了事情的真相，使孩子明白她已知道了一切。他想掩饰也掩饰不住。

由于他的大方，他受到了母亲的斥责，无计可施，只有哭泣。最后，孩子没吃饭，就拖着疲倦的身躯，伤心地去了学校。

是母亲不懂如何培育孩子才使孩子不能及时说实话，因为在这种情况下，孩子每次讲实话都受到惩罚。

对孩子这些小小的过错，父母应该宽容一些，以后找机会很有策略地指出来予以纠正。如果要用树枝制一张弓，就必须小心翼翼，一旦弯得太过，就会将树枝折断。

总之，恐吓或使孩子难堪是既不合适又不值得赞赏的做法；相反，父母对待子女时不应掉以轻心，而应高瞻远瞩和深表理解。如果孩子做错了，应尽可能通过科学和引导的方法加以纠正；应避免采取暴力与严厉的方法逼孩子承认或证明他在说谎，因为这样做，不会产生好的结果，反而致使孩子做出不好的事。

亲爱的教育者们啊！尊敬的父母们啊！你们的孩子犹如广阔的百花园里柔弱的花朵。他们需要的是清晨的和风与春雨，而不是摧枯拉朽的狂风暴雨，他们正如蓓蕾，期待着在黎明前的首阵和风的吹拂下绽放，而不是一捆等待斧头砍劈的干柴。因此不要辱骂和憎恶你的孩子，不要侮辱和轻视他们，不要对他们动手，不要在他们的同伴面前打他们、使他们慌乱和难堪。应用最大的善意和爱心与他们打交道。这样他们才会由衷地尊敬你，并以上帝愿意的方式去做一个好孩子。

第三章 正确对待孩子



孩子们犹如鲜嫩青翠的枝条：他们将按照培养他们的任何方式成长。

——《阿博都-巴哈文选》

就像金匠须能区别劣等金属和真金、医生必修生理学和与人体相关的学科以及陶工必能分辨陶土的级别一样，凡立志训练和教育孩子者也需要懂得孩子的思想、情绪、灵性和智力的情况（即儿童心理学），如果他对此一无所知，那么，他是不称职的。这样的教育者只能被当作毫无经验、未曾受过培训的修表人，修表不成反倒将表弄坏了。

一门新兴的学科从知识和完美主义的旧世界中崛起，尽管还很年轻，但其成就一日千里，胜过以往十年的成就，这就是儿童心理学——在短短的时间里，对儿童内心世界的发现已有长足的进展。它解决了许多难题，从而对儿童的培训和教育作出了可贵的贡献。

一 别把孩子当成大人

一个人的生命由始至终会通过若干时期或阶段，而每个时期或阶段都有其独特的情形作为其标志。例如，在儿童时期，他的状况和需要乃是那个智力及能力程度所特有的。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

儿童心理学家认为孩子在各个方面都与成年人不同，其不同程度“犹如白昼与黑夜”。孩子内在特点，包括其思想、想象范围、感情与推理模式都与成年人不同，甚至哭笑、与人交往的方式也与成年人不同。

很遗憾的是，许多教育者和父母把孩子当作大人来对待，以为他们感兴趣的，孩子也一定感兴趣；他们不喜欢的，孩子也不喜欢；使他们欢乐或伤心的也一定使孩子欢乐或伤心。在每件事上，他们都把自己的思想感情当作孩子的思想感情。这样的父母与孩子总是格格不入，在培育孩子的过程中常会出现一些不愉快的事情。

儿童心理学证明，儿童每个时期在思想、感情和推理方面都具有其特点。每发展到一个阶段，其智力就会发生一定变化。例如，四五岁的孩子通常会幻想活动的东西是有生命的，认为云、风、月亮、太阳像人一样是有生命的，认为月亮、风就像水在河里流一样地行走。

父母会发现某些事情会使儿童高兴，却不会给成年人带来一丝微笑。孩子会为一些事难过或哭泣，而在父母看来这些事却很可笑。很多母亲会注意到当她们讲一个故事时，孩子会吓得脸变色、心跳加快，而成年人却对此无动于衷。当母亲讲《美人与野兽》的故事时，孩子会关切地问结局是好还是坏；野兽是否会受到伤害。当他知道野兽不会受到伤害时，孩子舒了一口气，继续往下听，催母亲赶快把故事讲完。

孩子的想象和世界观与成年人有着很大差别。孩子很容易将神话故事当真。他会相信神话中的神马在空中飞翔；老巫婆骑着拐杖飞上了天。

很多父母会生气地斥责孩子笑得不妥当，“淘气鬼，那有什么好笑的。”父母意识不到一些小事也会引孩子发笑。例如，猫用两条腿站起来去捉蜜蜂而蜜蜂飞来飞去，使猫很生气。对此孩子们感到很吃惊，也很好笑，而父母则认为这些事不可笑。

总之，孩子的智力和能力都与成年人不同，所以不能把孩子当大人看待，或用成年人的眼光评判孩子。我们应该认识到，孩子不能理解我们的世界，我们也不可能变成孩子那样。

很清楚，每个教育者，特别是母亲应该了解儿童的心理和生理状况，以便深刻认识孩子在每一个成长阶段的思想、感情的发展状况以及孩子的要求和爱好。否则，难以开发孩子的潜力。

二 孩子的要求须甄别

须知，教育孩子，优化和提高孩子们的品性，鼓励和激发孩子们的上进心，这些是最重要的事情，因为它们是上帝的基本原则。

——《阿博都-巴哈文选》

怎样决定一个正确方法对待孩子的要求，是教育孩子的重要问题之一。

很清楚，孩子的某些要求应该接受，而有些则不应该予以满足。因为儿童不能区分是非，孩子的要求不是经过深思熟虑

提出的。他认为自己的要求都应该予以满足。如果要求得不到满足，他就会向亲近的人表示愤怒。

很多母亲注意到每当他们不满足孩子的愿望时，孩子会不安、生气、哭闹、反抗或说些不好听的话。有的母亲在这种情况下无能为力。

儿童心理学家认为在这种情况下，应该注意一方面不要伤害孩子的自尊心和自信心；另一方面不要让孩子自私愿望都得到满足，以免长大后独断专行或以自我为中心。

有些父母处理这些问题时走极端。有的父母，特别是母亲为了安抚孩子，孩子要什么就给什么，不管孩子的要求是否合理。在这种环境下，孩子就像专横的统治者一样控制着父母和与他接触的人。

另外一些父母则走到另一个极端，他们拒绝孩子的合理要求，甚至不理睬孩子的要求。不管孩子的要求是多么有道理，他们都会生气地斥责说：“闭嘴！”“不要讲话！”他们伤害了孩子敏感脆弱的心灵。

为了避免这两种极端，父母处理这种事情时可遵循以下原则：

1. 仔细分析孩子的要求，是合理、不合理或有害。
2. 如果孩子的要求是合理的，父母应该准许，并遵守自己的诺言。不要阻止孩子提出自己的合理要求。不要无缘无故地惹恼孩子，或给孩子不应有的压力；对孩子不合适、有害的要求也一定不能妥协。这样孩子才会渐渐地并最终认识到教育者对自己的无理要求从不妥协，却能接受自己的合理要求，于是，他们就会自愿地服从。

如果教育者坚决地、严格地按这种办法对待孩子的要求，那么简单地说一声“不行”，就会阻止孩子的无理要求，他也不会纠缠不休。如果教育者不能严格地按这种办法做，上面所说的办法就会完全失去作用。每个教育者应该坚持这个观点：对孩子的合理要求应该以最大的耐心予以满足；对孩子的有害要求决不答应。

应该注意，从社会角度来看，坚持这种原则也是非常重要的。因为这样会使孩子渐渐明白他的一些愿望和要求是有道理的，能够被接受；而有一些愿望和要求是有害的、不妥当的，则必须放弃。

例如，你的九岁孩子告诉你，“妈妈，我的彩笔用完了。把你那些彩笔给我吧，我做完作业后可以画画。”

如果你对孩子的合理要求漫不经心或不加考虑地说：“没有必要，你要把所有的彩笔都削出来搞断，把手和衣服弄脏吗？画画并不重要。”

孩子为了说服你，接着说：“这是学校要求画的，我必须画。你买笔不就是给我用的吗？”

如果你坚持说：“你要把买的东西都搞坏吗？”孩子毫无办法地说：“那我做完作业干什么呢？”

你回答说：“做完作业就静静地坐在那里，像大人一样。”

这时，孩子会认为自己没有受到公正的对待，认为你不公道。学校要求画画，他如果不画，就必须说出不画的理由。另外，他也不可能什么也不干地坐在那里。这样，在孩子幼小的心灵里就播下了反抗的种子。

如果父母接受孩子的合理要求，拒绝他不合理的要求，孩子会认识到父母，特别是母亲是他的好朋友和慈爱的伙伴；父母会满足他所有的合理要求，拒绝他所有不合理的要求。

三 孩子的话不可全信

只要思想倾向各不相同，人们的判断和意见肯定互异。

——《阿博都-巴哈文选》

心理学家对儿童的话的可靠程度进行过研究。

很多人认为孩子会把所见所闻如实加以表达，不会说谎。他们总指望孩子说实话。然而，相信孩子毫无根据的话会导致很多纠缠不清的事。

父母在家中争吵时，往往在家中进行“裁决”。在“审判”时，不管法官是父亲还是母亲，见证人几乎总是包括孩子。孩子有时是很愿意，有时是不得已“出庭作证”。法官（丈夫或妻子）把孩子的话当作最后“判决”的依据，完全相信孩子的话，并根据孩子的话谈自己的意见。但是孩子的证词通常是孩子想象出来的，而父母则轻信了孩子的话而相互指责对方。

有两位心理学家（一位是法国人，另一位是德国人），曾对成年人的证词作了研究，以便发现他们是怎样受暗示和想象力的影响的。自从比奈（Binet，1857—1911年）和施特恩

（Stern，1871—1938年）发表了他们的研究报告和将论文交给研究人员后，其他学者也对儿童的证词的可靠性、真实程度以及它们与儿童心理学的关系进行实验。经过仔细研究后，他们得出结论：孩子的话不能全信，他们的证词不能作为下结论的基本根据。据已经进行过的各种测试证明，成年人和孩子的记忆力都不能准确地记录详细情况。他们对某个题目的要点、某一事件的真实情况的叙述往往失真。

心理学家施特恩曾做过如下试验来评估成年人的记忆和证词的价值。

给一组人一些图画，让他们看45秒钟，然后写下看到的内容。参加测试的人必须是仔细、敏感的；他们写的东西必须与事实相符，必须非常可靠。结果他们写的东西与实际情况并不相符。试验证明，成年人不管多么仔细、聪明，记忆仍然是不可靠的。

对儿童也做过类似试验，结果证明孩子的记忆比成年人的更不可靠。一位学者曾把一些图画给一组孩子。这些孩子是经过挑选的。他叫孩子们仔细研究这些材料，并将观察的东西写下来。后来他又把孩子们带到剧场，回来后，叫他们把记得的东西写下来。经过反复试验他得出结论说：“小孩子受想象力的影响，他们叙述的事情模糊，与事实不符。”

比奈对巴黎的小学生进行过一次试验。他给学生一块纸板，上面贴了一张邮票、一些钱、一张广告、一个纽扣、两张相片（一张是单人照，另一张是集体照）。他对每个孩子进行单独测试，让他们每人把这些东西仔细看一遍，然后问他们这

些东西的颜色、形状以及在纸板上的安排形式。另外他不时提一些似是而非的问题，以便测试提示的作用。在24个受测试的学生中，15个把邮票的颜色说错。一些学生甚至说邮票上有邮戳，尽管邮票上没有邮戳。21个学生没有把钮扣的位置说对。问的40个问题中，学生答错了11个。

比奈又把学生分成3组，然后向每个组提问。他清楚认识到一些孩子的回答会影响其他人；一个组的回答会影响另外一些组。

一位有经验的老师曾说过这样一件事：一天一个女学生告诉老师说，她买了一个笔盒，丢在学校里了。她说把笔盒放在某个凳子上，她的朋友也证明说看到过并指出铅笔盒放在什么地方。第二天，这个小女孩带着笔盒来上学，并告诉老师说，笔盒一直在家里放着。

另一位老师写过这样一件事：他曾邀请过一个同事到教室和学生讲话。这个客人对班上人讲了10分钟没有摘过一次帽子。他离开后，老师问学生刚才讲话的人把帽子放在哪只手里，27个学生中有17个说“在客人的右手里”，5个说在“左手里”，只有5个学生说客人没有摘下帽子。

还有一个老师问学生某个熟悉老师的胡子是什么颜色。10个学生回答说：“棕色”，两个学生说是“黑色”，两个学生说“黄色”，两个学生说“白色”，两个学生说“灰色”。只有1个学生说对了，“没有胡子”。

这些例子可以帮我们作出以下结论：

1. 儿童的记忆不能准确地记录细节问题，所以叙说的事有

偏差，常常与事实大相径庭。

2. 儿童总是受个人感情和提示的影响。他们往往把想象的东西与事实混淆在一起，所以他们说的话常常不符合事实。

3. 如果说谎、故意歪曲事实对自己有利，儿童有时就会这样做，所以相信孩子的话和证词是不明智的。

在家庭中，父母不应该因孩子的话而争论，或把孩子的话当作主要争论问题，而应该使孩子没有机会说出引发纠纷的话。如果父母之间有了分歧，要孩子做见证人，孩子不知道该如何是好、该支持或反对哪一边，也不知道怎样做才不会伤害父母。

孩子既然不能完全保持中立，也不能摆脱这个冲突，那么就会撒谎或想着什么就说什么，证明父母的一方是错的，结果父母中的一方对孩子产生敌意。父母应该知道这种做法会怎样影响孩子的道德观，并在家庭中播下分裂的种子。

四 认真回答孩子的问题

要不断地鼓励他们，使其渴望达到人类成就的顶峰。

……让他们学到新兴的高超技艺。

——《阿博都-巴哈文选》

上帝以其万能的智慧赋予人类的天性之一就是好奇。人生来就会好奇。渴求知识使人类不断进步，揭示宇宙奥秘，进行发明创造。

孩子开始能用话表达自己的意思时，就会提出越来越多的问题。孩子想知道一切，尽量理解每件事。所以孩子抓着什么就会对什么反复研究。例如，为了研究一台洗衣机或一个钟表的奥秘，孩子会把这些东西全卸开。如果家里没有人看到他们，他们会很仔细地进行观察研究，以至于把它们全部搞坏。母亲们常会为这种事而大发雷霆或为孩子不断发问而恼火。

孩子天生好奇，如果教育者，特别是母亲对孩子的好奇心予以应有的注意，世界上聪明的、知识丰富的孩子肯定会增加。教育心理学家总是告诉父母要根据孩子的理解力、思维能力回答孩子的问题。当孩子坚持问有关生活和自然现象的问题时，父母应该耐心回答，不要发火。应该知道问问题是孩子提高理解力、获取知识的重要方法之一。可惜的是有些母亲因孩子老是问问题而发火；有些父亲则对孩子的问题不予理睬，以为他们这样做是在阻止孩子“吵闹”或“无礼”。

如同慈母耐心教孩子走路、讲话一样，如同慈父含辛茹苦让孩子生活得舒适些一样，他们也应该尽力保护孩子的智力。父母应千方百计用孩子能理解的简单例子回答孩子的问题，讲述外部世界。父母千万不能嘲笑孩子的问题，不应该开孩子的玩笑。成年人常常会视孩子为玩物，嘲笑孩子的某些话语，使孩子的脆弱心灵受到伤害。

曾经有这样一件事：一个孩子看到一个鱼肝油的广告，广告上画着一棵树（树是厂家的商标）。孩子问：“妈妈，那是鱼肝油树吗？”周围的人笑了起来，并开他的玩笑，这可怜的孩子伤心地哭着跑了。

教育者应牢记：体贴、关心、尊重孩子永远是必要的。

五 正确对待孩子的谎话

所有儿童的心灵都具有最高程度的洁。……
他们还无法展现更高的智慧。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

如果说谎的定义是为欺骗别人而说假话，那么孩子，特别是五岁以下的孩子实际上是不说谎的。虽然孩子有时没说实话，说的话与事实不符，但是并非有恶意或故意欺骗别人。如果我们找一找孩子不说实话的原因，就很容易明白这个道理。

孩子有时说谎是由于怕受到惩罚和粗暴的对待以及由于嫉妒别人、自私或炫耀自己。如果孩子因以上原因说了谎，固执的孩子还会坚持自己的谎话。不过孩子常常是因想象而说谎。很多父母注意到自己的孩子编造出一些不寻常的故事，就好像这些事真的发生过一样。因孩子的想象力太强，几乎分不清事实与虚构。

例如，孩子会对母亲说前天晚上他坐飞机从他们屋顶上飞过，或者说某一天他用拳脚把邻居的墙毁掉了。不应该说这是孩子在说谎，不要批评孩子、说他捣蛋，或给他施加压力。孩子在三四岁期间往往好夸张。如果说这是撒谎，对孩子是不公正的。

如果你问一个小女孩，她的小娃娃怎么样，她会高兴地说小娃娃又哭又叫、不听她的话。如果你问一个小男孩一些能激发他的想象力的问题，他会天真地编造出很多故事来。从孩子快活的脸上和明亮的眼睛里你可以知道孩子认为自己在说真事。有时

孩子干了不该干的事就会无意识地把责任推到别人身上。小孩子很少故意撒谎。我们成年人不太清楚孩子为什么要这样做，这与孩子不成熟有关。随着心理的成熟，渐渐摆脱这种幻想，孩子的这个发展阶段也就过去了。孩子说谎通常是幻想的结果，与成年人说谎不是一回事，成年人说谎是为了欺骗别人。

专家认为，如果孩子缺乏适当教育，长大后就会真的说谎。孩子说谎时，我们不要骂孩子或轻视孩子，不要在他的朋友或同伴面前批评他撒谎。更重要的是教育者不应该因为孩子没说实话而打孩子或惩罚他，而应该心平气和地纠正孩子的这个毛病。

有时教育者认为惩罚孩子会使孩子迅速改掉毛病，但往往事与愿违，因为孩子天生会受幻想的影响，对他进行惩罚是没有用的。为了保护自己不受到教育者的惩罚，孩子会养成说谎的坏习惯，说谎太多就会习惯于说谎。

下面举例说明这个问题。你七岁的孩子从学校回来高兴地告诉你说，他今天在课堂上表现得比别人好，老师很佩服他，并叫别的同学向他学习，对他表示祝贺。他还说有个同学嫉妒哭了，在休息时找麻烦，甚至揍了他，校长来处理了这件事，等等。

你对孩子很了解，知道他不会进步得那样快，但是如果你不细心，只是生气地说：“你在胡说八道，你应该为自己的谎话感到羞耻，现在我马上去问你老师，看你是否说的是实话。”结果孩子突然清醒过来，后悔自己编造了这些话。但他担心父母惩罚自己或在学校受到耻笑，便开始讲另外一些令人吃惊的故事来保护自己。他会说如果他说谎，他就死；如果母

亲去学校调查，他们会开除他，其他孩子会打骂他；那个与他打架的孩子会以为母亲去是为了惩罚他，等等。孩子会编出很多谎言，家长很难处理。

如果你是细心人，孩子讲述这件事的时候，就不要说什么话，甚至不要流露出高兴的样子。如果你平静地听孩子这些话，孩子的幻想的影响就会消失。他或者完全忘记编造的故事，或者向母亲承认他所说的话只是个玩笑，或者认为这只是自己杜撰出来让自己高兴的事。在这种情况下，母亲可以鼓励孩子努力学习，使自己的玩笑成为现实，让老师佩服，成为同学们学习的榜样。母亲也可以说希望孩子成为他所说的那个样子，甚至还可以说孩子所说的事应该成为现实。

简言之，这种事既重要又需要小心处理。孩子的心灵很容易受到伤害；另一方面如果对孩子的这种行为不闻不问，就不能及时纠正孩子的问题。所以教育者应注意引导孩子，对孩子有极大的耐心；要按儿童心理特点进行引导而不要威胁或打骂孩子。

六 努力克服孩子的自私心

因为利己已被揉入了造人的粘土之中……

——阿博都-巴哈，《神圣文明的隐秘》

一个人即便拥有一切优良品格，但倘若他自私自利，必将失去所有美德……

——《阿博都-巴哈书简集》

每个人的自爱心理会使人尽量保护自己、趋利避害；这种爱是上帝赐予我们的，显然是为了人类后继有人。

人的这种自爱心理，在适度范围内是有用处的；如果超出限度、发展成自私自利行为，就会产生有害的后果。很多作家和学者的作品都说明了自私行为的低劣性。

孩子的自爱心理很强烈。每个小孩子都会以自我为中心考虑问题。他们什么也想要，以自己的喜好看世界，把自己看作人们注意的中心，认为世界是为他们而创造的，任何人都应该服从他们并为他们服务。

儿童的很多言行在成年人看来没有什么道理，但对他们来说却是有道理的。儿童的行为主要是受本能支配。例如，孩子要吃甜食，看到母亲把糖和点心放到食橱上，就马上打开橱门吃了起来，而不知道父母要用这些东西做什么，也不知道这行为不妥当、应该受惩罚。再举个例子：一个小女孩注意到自己的娃娃需要添一件新衣服，就毫不犹豫地把母亲的衣料裁成娃娃的衣服。母亲发现后生气地朝女儿喊道：“你怎么能干出这种事！”孩子很坦率地说：“我需要。”

教育者处理这种问题时，应该努力把孩子引导到正确的路上来，不要叫孩子的这种“自爱”发展成以自我为中心的行为。要达到这一目的，应该认真遵守以下这些要点：

1. 应该反复提醒孩子，家庭成员应该互相关心、互相帮助，并要体谅别人。

2. 要反复告诉孩子“己所不欲，勿施于人”这样一条重要原则，使他们能按这样的原则办事。

3. 最重要的是父母不要做任何助长孩子自私心理的事。父母不要吹捧孩子，如“我们这孩子真是独一无二的，你不会相信他有多好——他做的每件事都逗人喜爱。你看他多么结实，笑得多么甜！”也就是说父母不要不适当地夸孩子，否则，会使孩子骄傲自满，不能循规蹈矩。

明智的父母应该适时鼓励、赞扬孩子，使他从小树立是非观念，懂得善有善报恶有恶报。一旦孩子从小意识到社会的赏罚原则，就会逐步端正自己的行为。鼓励、赞扬不同于奉承，因为尽管善举值得赞扬，然而溢美和吹捧却害人不浅。

如果你在社会上碰到自私自利的人（遗憾的是这种人为数不少），如果他们无事生非或扰乱社会的话，那么可以断定他们的恶行归因于从小缺少家教。粗心大意的父母把自己的孩子扔给社会由无情的法律来管教。

第四章 孩子常见的问题



每个孩子都有可能成为世界之光，同时也可能成为世界的暗影；因此，教育必须被视为头等大事。

——《阿博都-巴哈文选》

恶行劣迹的根因在于无知，所以我们必须紧握理解与知识的工具。要教育人们养成良好品性。

——阿博都-巴哈，《巴哈伊教育箴言》

小孩子一般是受本能支配的，他们的行为很少被思维的力量所左右。由于他们的思维能力还没有发育成熟，所以就会尽力得到想要的或喜欢的东西。孩子是不具备瞻前顾后、三思而行、判明是非的能力的，所以他们常做出一些使父母感到意外的事。

一 执拗

通过自觉自愿而非他人强迫的善行，人类可达至完美境界。

——《阿博都-巴哈文选》

儿童难以控制自己不去附近的池塘玩水，而且高兴时根本想不到自己会掉进水里淹死；有时拿刀子、剪子、针当玩具，

意识不到这些东西有危险。母亲不让他玩这些东西时，他会表示反抗。孩子天生喜欢这些东西。有时母亲为了保护自己无知的孩子不得不惩罚他，于是，孩子反抗得更厉害，甚至哭闹，认为母亲不让他痛快地玩。如果母亲执意继续管孩子，孩子便会拼命反抗、反驳母亲，行为粗鲁。

母亲常把孩子的这种反抗看作是“执拗”、“固执”。为了纠正孩子的这种行为，母亲常常会打骂孩子，或用其他办法来强迫孩子改变这种执拗行为，结果使孩子更执拗，对孩子的心理造成伤害。

下面这种情况时常发生：母亲硬把刀子从孩子手中夺走藏起来，告诉他不准玩这种东西。但几分钟后，她发现孩子又玩起刀子来。她朝孩子喊道：“放下刀子，我告诉过你多少次了，不准玩这种东西！”孩子对母亲的话感到腻烦，会直截了当地告诉母亲：“我愿意玩，不关你的事。不要管我，干你自己的事吧。”争吵的结果是孩子挨了揍。最后打骂不起作用了，事情发展得严重了，父亲只好进行干预，每个人都会清楚这种冲突的害处。

为了避免孩子的这种执拗，很多科学可行的办法可以使用，不必对孩子进行打骂。

1. 小孩子天生不能安静地坐很长时间。他们的潜能必须从儿童时期进行开发；孩子的肢体必须通过运动才能强壮起来。母亲想要孩子无所事事地坐在那里、一动也不动，这不合乎孩子的天性，也是不可能做到的。不应该阻止孩子玩耍或到处游逛。几个玩具和玩的东西就可以使孩子忙个不停。每个父母只

要稍微考虑一下这件事，就会在家庭经济条件允许的情况下给孩子买些适合他们年龄和兴趣的玩具。孩子的玩具不一定花很多钱，几个简单的木块、几张纸、几支铅笔、一个盒子或自己制作的娃娃等就可以让孩子有事情干。

2. 当孩子做一些危险的事情时，父母应该马上让他们干些更有趣的事，而不是用武力制止他们。例如，如果孩子在玩剃刀，父母应马上用别的东西吸引孩子，而不要表示出害怕或吃惊的样子，不要夺刀子惹孩子哭、使孩子执拗起来。一块糖或彩色球就可以转移孩子的注意力。

3. 如果孩子做一些无伤大雅的事，父母不要阻止孩子。例如，孩子在地毯上撕废纸，唯一的害处是要重新打扫房间。那么母亲就不要怕麻烦，不要阻止孩子这样玩。过分严格或总是限制孩子会使孩子变得紧张，然后就会反抗大人。很多孩子认为母亲打搅了自己平静的生活，甚至把母亲当作敌人。他们说：“我母亲从不支持我，我干什么她都不让。”“我母亲是我的敌人，她不想看见我高兴。”“我觉得家里不想要我。”如果孩子的这种心理不断发展，对母亲持否定态度，那么教育子女会很困难，并给孩子带来很危险的后果。

4. 在新鲜的空气中散步、户外活动、娱乐是孩子的自然需要。父母应该陪伴孩子出去到干净的环境中散散步。如果母亲不对孩子过分严厉，不阻止孩子玩一些无害的、合适的游戏，孩子就不会变得执拗或易发脾气。

二 偷偷摸摸的行为

孩子天生远非完美。他不仅是柔弱的，事实上是不完美的，甚至有作恶的倾向。他应当接受教导，使他的这种自然倾向得到协调、调整和控制，必要时应加以约束和规范，以确保他的身心健康发展。

——守基·埃芬迪授写的某信函，
《巴哈伊教育箴言》

母亲常常抱怨说自己的孩子在屋子里偷偷地干些事。她们认为孩子的这种做法最终会给家庭成员带来危害。她们对孩子这种偷偷摸摸的行为感到很着急但又无可奈何。

很多小孩子都会有这种行为：尽力不让母亲知道他们每天所做的事，不让别人干涉他们。教育者必须首先了解孩子为什么会这样，以便更好地改正孩子的这种行为。

笔者认为孩子偷偷地干事有以下原因：小孩子天生渴望得到让他们感兴趣的东西，而且会不择手段达到自己的目的，常常因此忽视成年人很重视的道德准则。下面是两个例子：

1. 一个小孩子坐在桌子旁边，眼睛盯着各种水果。水果的色泽香味对他产生了巨大诱惑力。他的本能立刻驱使他去拿那个可爱的苹果，吃掉它。

孩子的母亲曾反复告诉他：“宝贝，不要动那些水果，这是为客人准备的，一定不要动客人的东西。”

这时可怜的孩子感到非常矛盾：一方面想吃这个苹果；另一方面又怕母亲打骂。内心矛盾激烈斗争的结果，往往是本能战胜母亲的告诫。既然不能公开地拿苹果，那么最好是趁母亲不注意时拿苹果。这样达到了两个目的：既吃了苹果又没让母亲看见。

孩子下定决心后，便悄悄地偷了苹果，然后藏起来把苹果吃掉，擦擦嘴，又出现在大人面前。他并不认为自己做错了事。他想：“既然母亲喜欢客人、不喜欢我，并为客人准备了苹果，她应该受责备。我小，喜欢苹果，所以就吃了一个，没有什么可指责的。”

2. 下面是另一个例子：孩子在家里经常会碰到引起他注意的东西，他非常想了解这些东西的奥秘。例如，墙上的挂钟按时敲响，并显示准确的时间。好奇的孩子想搞清楚这是怎么回事，但他知道，父母不允许他动这个钟。于是趁家里人不在时，他便踩着凳子把它拿下来。天知道他会怎样处置这个钟。

简言之，孩子偷偷拿走东西的主要原因就是喜欢某样东西，或是喜欢吃它或是要发现这东西的奥秘。其实成年人也受这一原则的支配。如果不是道德观念在起作用，成年人也会做出类似的事情。下面介绍两种制止孩子偷东西的办法：

1. 在经济条件允许的情况下，母亲尽量不要让孩子“眼馋”，不要把什么东西都锁起来。也就是说，母亲应根据营养原则，尽量使孩子得到足够的营养，给孩子足够的食物和水果等，满足孩子的基本需要。这样孩子的眼睛就不会盯着别人手里的东西或藏食物的地方。

不应该把东西藏起来，否则，母亲这种遮遮掩掩的做法会使孩子也偷偷摸摸的，这种行为具有传染性。比如，母亲买回家一些水果，给了孩子一份，然后应向他说明他已经得到了应得的一份，其余的是给别人的，不要把水果藏起来。母亲可以留意一下孩子，如果他想拿水果，母亲可以间接地劝他不要拿。

如果孩子从橱子里拿了饼干或水果，母亲也不要粗鲁地对待孩子。当时可以默许孩子这样做，之后在适当时候再提及此事，并告诫他以后不要再这样做。当孩子发现父母并不太限制自己，橱子也不锁，即使从橱里拿了东西吃也不会被打骂，他渐渐就会改变肚饱眼不饱的习惯，偷吃东西的习惯就会改掉。

2. 为了满足孩子的好奇心，应该把他感兴趣的東西的奥秘告诉他，也可以为孩子提供一些东西让他了解其中的奥秘。例如，父母可以买一只便宜的表让孩子了解表是怎样工作的。这样他的好奇心就得到了满足。

父母可以根据上面的例子和方法、常识和经验采取措施改掉孩子偷偷摸摸的习惯。

三 嫉妒和竞争

在我们的忠实信徒之间，你以身作则，公平
对己对人，正义才能得到伸张。

——《巴哈欧拉圣作选粹》

家庭纽带的完整性必须得到一贯的重视，其成员的个人权利不可践踏……儿子对父亲负有一定义务，同样，父亲对自己的儿子也负有一定义务。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

很多家庭中的孩子相互争斗、相互嫉妒。如果母亲为大孩子做一件衣服，小妹妹也要求妈妈给她做一件，即使她已有很多衣服。父亲为一个孩子买了双鞋，另一个也要求买。

当母亲分糖或水果时，你会观察到，孩子们盯着母亲，唯恐分偏了。即使他们都分到了，也要相互比较一下，看是否分得公平。

如果我们所说的公平要考虑到级别、年龄、智力和其他问题，那么我们所说的公平与孩子所说的公平不是一回事。小孩子们要求的是完全平等，所以他们表现出以自我为中心的特点。

儿童这种以自我为中心的原因就在于他们受天性支配。竞争表现在获取知识方面是可取的，但是嫉妒成为孩子间相互仇视的原因或在家庭中引起猜疑或争吵则是极有危害的。如果对孩子的这些问题不加以重视，他们长大后就会变得自私自利、冷酷无情。

以下两种办法可以纠正这种不良的竞争。

1. 父母偏爱孩子是孩子之间嫉妒和不良竞争的最主要原因。经常可以看到有的父母叫某个孩子是“最可爱的宝贝”，

而对自己的其他孩子则很少给予关注。这种不妥当的做法会使其他孩子产生嫉妒，甚至仇恨和敌意。父母应该对所有的孩子都充满爱和同情，对他们表现出的优点予以表扬，鼓励发展他们的聪明才智，对他们都一视同仁。这样孩子就不会产生嫉妒和敌意。

我们的目标是：父母应以慈爱的态度完整地解释孩子的地位和义务，并帮助他们了解这些内容。因为上帝对每个信徒都是仁慈的，尽管每个信徒都有其独特的地位和义务。所以，父母应由衷与平等地爱每个孩子。虽然每个孩子都是可爱和宝贵的，但他们却不可能得到一模一样的对待，因为他们的年龄、能力、理解力、知识水平和经验不一，他们的义务因此也不相同。父母若对这个问题予以全心的关注的话，孩子之间的敌意和竞争肯定会降到最低限度。

2. 父母应该让孩子理解他们每个人在家庭中都因年龄、能力、知识等原因而处于不同的位置，受到不同的对待。比如，哥哥因为个头大需要得到更多的食物和营养。另外，哥哥能做小弟弟所不能做的事。尽管孩子们因年龄、能力等原因而受到不同对待，但是父母对他们的爱是一样的。

四 搬弄是非

口舌乃闷烧之火，多言乃致命之毒。有形之火焚毁肉体，口舌之焰吞噬心魂。

——《巴哈欧拉圣作选粹》

所有的教育者都反对搬弄是非的做法。每个有知识的人都知道搬弄是非是一种恶劣的行为。这里谈一下孩子搬弄是非的原因和如何防止孩子养成这种坏习惯。

与儿童打过交道的人会观察到小孩子都很想成为“消息灵通者”。也就是说，他们都想把自己的见闻告诉别人，而且说得津津有味、言过其实。例如，当姐姐从学校回家时，妹妹跑过来告诉她，爸爸、妈妈说了她些什么话；或者说她碰到了她的同学，她们说她不及格、受到老师惩罚，等等。

几乎所有的孩子都有这种当“消息灵通者”的愿望。当然他们的目标不是搬弄是非或造谣中伤。孩子认为他们的见闻很特殊、很重要，所以就情不自禁地想把他们的见闻告诉别人。

如果不能纠正孩子的这种倾向，孩子就会渐渐习惯于背后说别人坏话、搬弄是非，而且长大后很难改变这些习惯。

以下方法可以改变孩子的这种做法：

1. 父母（特别是母亲）应该和颜悦色地劝说孩子改掉这个坏习惯。他们可以用例子和故事说明这种习惯的坏处，使他们明白如果说自己的坏话会使自己不高兴，那么自己也不应该说别人的坏话。

2. 父母应该在家中禁止说别人的坏话，使孩子明白父母讨厌这种恶习、不愿让孩子说别人的坏话。另外，父母在家中也要非常小心，不要在孩子面前说别人的坏话。如果孩子在家中说别人的坏话，父母应坚决而又平静地告诉孩子谈别的话题。

3. 在一些不了解这些教育原则的家庭中，父母实际上在逼孩子说别人的坏话。例如，母亲要孩子注意听父亲说的话，并

汇报当她不在时父亲说了母亲什么坏话。结果孩子会漫无边际地编一通，使母亲对父亲产生了怨恨。

这种情况千万不能出现在家庭中。父母一定不要怂恿孩子搬弄是非。这样才能减少社会上搬弄是非的现象。

五 宠坏的孩子

坚持正义者，在任何情况下都不会逾越中庸之道。

——《巴哈欧拉圣作选粹》

父母与子女的关系往往会出现以下两种极端：

一种情况是当父母在场时，孩子老老实实、一动不动，如同墙上的画一般。他们俯首贴耳，不敢讲话。在这种家庭中，父母甚至对孩子的合理要求也不理睬，粗暴地对待孩子，剥夺了他们的大部分权力。父母在家中可以大声说笑，而孩子大声说笑就会受罚。特别是在客人面前，更是如此。孩子要表现出“礼貌”、“庄重”，不能有任何“出格”的言行。

第二种情况是父母给孩子绝对自由，放任自流，不对其进行任何教育。他们认为孩子在儿童时期应享受自由，孩子长大后懂事后会自然会明辨是非，改掉所有不好的习惯。在这种家庭中孩子们常常会被宠坏，变得无法无天。在这种家庭中，他们宝贵的童年时期——本应该培养各种好的性格——却浪费掉了。孩子长大后，会发现自己面临各种各样的困难。

例如，一个五岁的孩子被亲戚朋友包围着，他们都宠爱这孩子。母亲刚抱完了，父亲又抱。父亲还没亲完，别人又抱了过去。

这个孩子挣脱了亲戚朋友的怀抱，就开始满房间胡闹。如果桌子上有水果或可以吃的东西，他就一边蹦跳，一边大吃起来。如果吃花生，就把皮散在地板上。接着他看到了爷爷的拐杖，便拿起来到处戳，然后又狠狠地敲敲姐姐的脑袋，让她老实一些……

周围的人都夸这孩子活泼，都笑着看他胡闹。如果母亲想管一管，其他人马上表示反对，“不用担心，他只是个孩子。”“你本来也是个孩子，不是吗？不用管他。”然后他们又对孩子说：“去玩吧，宝贝——我们告诉你母亲，不用担心。”“跑吧，但小心别摔倒。”不难判断，这个受宠的孩子的未来是个什么样子。

孩子在无所约束的环境下长大后，不会听父母的话，别人对他稍一触犯，他便暴跳如雷。母亲要他早饭前洗手洗脸，他毫不理睬，坐下来便吃饭。母亲再叫他洗手，他就生气地说：“不！不！我不想洗脸洗手，这不关你的事。”如果母亲强迫他去做，他便又踢又叫，大家一整天都不愉快。母亲毫无办法，只好不去管他。

这两种对待孩子的方式都是有害的，甚至是危险的。父母对孩子的教育应该适当，过分严厉或过分放纵都对孩子有害。

如果儿童受到过分的压力和内心折磨，长大后会同分害羞，总感觉被剥夺了权力，不活泼。另一方面，受宠的孩子长

大后往往以自我为中心，骄傲自满，不遵守纪律，逃避责任，把自己的意见强加给别人，而且不听别人的劝告，因为他们只通过自己的眼睛看待周围的世界和人。

显然，上述的两种情况都应尽量避免。父母和教育者应该在培养子女方面采用适当的方法。

六 乱发脾气

同样，我们可以从婴儿身上看到利己与无纪律的迹象。如果一个孩子缺乏老师的教育，他的不良品质就会与日俱增。

——阿博都-巴哈，《神圣文明的隐秘》

大多数小孩子在某个阶段会乱发脾气。母亲在对待乱发脾气的孩子时会遇到很多困难。

孩子会无缘无故地哭泣，泪流满面。如果这样没有引起母亲注意或没有人哄他，他会哭得更凶，甚至用脚踩地、用头撞墙，把身边的任何东西都往一边扔。母亲很担心，想安慰孩子，问他为什么哭、出了什么事。但是母亲的安慰只能使他哭闹得更厉害。母亲一个劲地问，终于使孩子开了口，他要吃水果。母亲说家里现在没有水果，等爸爸回来买。孩子明知母亲不能马上拿来水果，却非要不可。当这个要求得不到满足时，孩子又提出另一个无法满足的要求。最后母亲被逼急了，把孩子打了一顿，很快了结了此事。

在家庭中，以上情况是常有之事。孩子的这种淘气行为通常是由于以下原因造成的：

1. 营养不良、身体虚弱的孩子往往比其他孩子更容易发脾气。他们神经过敏、易发怒，不能忍受一点困难。很多孩子常发脾气的原因是由于有慢性病、身体不健康或神经脆弱。

2. 母亲宠惯孩子，使孩子变得自私自利。如果对孩子无理的要求都让步，孩子要什么就给什么，一旦得不到满足，孩子就很容易乱发脾气。每当他们想要什么，就会用哭闹来折磨父母。

需要用科学方法来降低孩子发脾气的程度，并消除孩子发脾气的诱因。下面的两个方法对父母会有帮助。

1. 应该把不健康或神经有毛病的孩子带到专家那里进行治疗。治疗疾病可以使他们放松、平静下来。家里人尽量不要惹孩子生气。对这些孩子要治疗而不是惩罚和约束。采取强硬措施并不能纠正孩子发脾气的毛病。

2. 父母从一开始就不要对孩子的无理要求妥协让步，也不应该失去耐心。孩子会渐渐明白，如果父母满足他的要求对他将是有害的，所以应该放弃自己的要求。

孩子不会限制自己的要求，就像汽车没有了方向盘。孩子如果意识到无论自己怎样哭闹父母也不会对他的无理要求作出让步，那么他就不会再这样无理取闹了，这样他本人和父母都可免遭痛苦。

如果以上办法不能奏效，父母应该找心理医生进行检查。各种慢性病和精神病都可能是这种哭闹现象的原因。

七 不活泼的孩子

因此，导师又必须是医生，他在教导孩子的过程中，必须纠正孩子的过错；还要教给孩子知识，同时培养孩子具有灵性本质。要让教师成为孩子的道德医生，这样就能医治人类之子的精神疾病。

——《阿博都-巴哈文选》

许多人将孩子的不活泼和愚笨与智力低下划等号，并认为高智商的孩子既聪明又活泼。然而，这样的观点是缺乏经验和事实根据的。许多被视为懒惰和无精打采的孩子很聪明，表现得思维敏捷、很有才智；而许多没有同样智力或缺乏天资的人却勤奋、用功和很活泼。

不活泼不能认为是智力低下，也可能是其他原因所致，所以必须进行彻底的调查才能采取措施。

在日常生活中，经常会遇到这样的孩子：他们在学校里学习很好、很聪明，但干体力活时却表现得很懒，“不愿把手弄脏”。

有些孩子在学校表现很聪明、很活泼，在家里却懒懒散散。想睡觉了，要别人为他铺床；渴了，要别人为他端水，就好像生活不能自理的人那样。

下面对各种不活泼的表现方式、原因和纠正方法进行简单的说明。

不活泼的孩子分以下三种情况：

1. 有身体残疾，精神忧郁，神情冷漠，学习不好，行动不灵活。
2. 智力不正常，不能参加正常的学习。
3. 身体健康，但不愿干某些事，平时懒懒散散。

前两种情况的孩子应该求助于医生和心理专家。重要的是当这种孩子表现出“懒”的时候，父母必须想办法解决，不要听之任之，不能批评孩子懒惰。

至于第三种情况可作以下分析：

1. 孩子提不起情绪或不积极的原因在于孩子对要他们做的事不感兴趣。例如，有的孩子喜欢游泳、打篮球，或喜欢美术，但对学数学、拉丁词根却烦得要命，无法提起兴致。在这种情况下，要克服孩子的厌烦心理，就必须引起孩子对这些课程的兴趣，或者是不让孩子做。不符合孩子思维方式或能力的事情只能使孩子反感或厌倦。

2. 那些只肯用脑而不愿干体力活的聪明孩子，往往只对脑力工作感兴趣，而不愿干体力活。他们可以花很多时间做数学题，但是要他们做半个小时的体操却不行。男孩子往往逃避浇花、扫地、拣柴这样的活；女孩子则逃避洗碗、做饭、缝衣服等。

很明显，孩子的身心应该同时得到锻炼。无论是男孩还是女孩，都应参加体育锻炼、干家务活，使身心保持健康。这样孩子所表现的“懒散”习惯就会消失，父母也就没有机会骂他们“懒惰”了。

第五章 如何保护孩子



……每种折磨着人类肉体的疾病，是显示人的灵魂能力的障碍。

——《巴哈欧拉圣作选粹》

还要让她们学习保健养身之法，护理孩子不受疾病侵袭。

——《阿博都-巴哈文选》

人们常说：“有健康的身体才有健全的精神。”自古以来，人们就注意到身体与精神的关系。然而，在我们这个知识与创新的时代，这个普及教育与探索新知的时代，父母竟对孩子身心健康毫不注意；关心孩子的成长和教育的父母寥寥无几。毫无疑问，父母不注意孩子的身体健康，将会给孩子造成无可挽回的损失，毁掉他们将来幸福的基础。

园丁盼望着幼苗长大，就会关心、保护幼苗。如果父母想要孩子长大成材不落后于他的伙伴，就应该设法保护孩子的身体健康，使他们茁壮成长。想指望体弱多病的人取得优异成就等于赶着羸弱而不堪重负的马飞跑一样，这是不可能的。

毫无疑问，我们必须视身体健康和卫生为至关重要的事。因为身体是灵魂的工具；灵魂本身作为天赐的希望所在，其力量和才智借身体之躯显示于这个世界上，并通过人的肢体和器官之媒介作用来实现其属性。当灵魂的载体是软弱的身躯时，如同一个人想自由快速地和别人竞赛以到达目的地，却被一匹孱弱无力的瘦马所困一样。父母应尽力维护孩子的健康，忽视

孩子的健康将会引起各种不良的后果，使人后悔莫及。请看下面一个例子。

一个上学的孩子早晨七点起床。他的第一个想法就是尽快准备好，按时到校。从家到学校要走几分钟，这时离上课时间只剩不到40分钟了，但是这孩子没有把东西放得井然有序，所以花了一些时间找衣服。当他穿上鞋时，又被鞋里的钉子扎了一下。这时又开始修鞋。修好鞋后，已没有多少时间了，他匆匆地去卫生间洗刷了一下，便跑到厨房喊道：“再有15分钟就响铃了，赶快给我点吃的，否则我就只好空着肚子去上学了。”他一边说着，一边找自己的书包。又过了一会儿才准备好东西。

这时母亲喊道：“过来，吃点东西，至少吃点烤面包片。”孩子反驳说：“你看不见我迟到了吗？我再吃饭就到中午了。”孩子含着泪吃了几口面包，连牛奶也没喝一口，就拿着一小块面包跑去上学了。

不久，孩子饿了，就向同学要零食。这个同学给他一些花生，那一个同学给了点葡萄干。另外两个好心朋友给了他一个糖果和一些薯片。这些杂乱的东西进到他的肚子后，他的胃功能发生紊乱。回家后，他脸色苍白，捂着肚子。妈妈一看就知道孩子的胃痛得厉害，繁杂的求医问药开始了。午饭也顾不得吃了。即使孩子安然无恙地回来，他吃了乱七八糟的零食也害他没有了胃口了。

当然，很多人都很关心孩子的健康，避免发生不幸的事情。例如，母亲早起床，按时叫醒孩子，然后叫孩子洗刷、吃饭。

每天晚上母亲应该看着孩子把衣服和书放好，避免早晨找

东西。还应该注意不让孩子熬夜，让孩子把饭吃好，不要乱吃东西将胃搞坏。

这些注意事项无须特殊知识，也不费时间，但对孩子的健康非常有益。

一 关注孩子的身高体重

孩子健康的标志之一就是身高与体重相称。父母应该注意孩子的体重与身高是否在正常范围内。

很多母亲看到孩子很瘦弱，常常这样想：“孩子瘦，是因为长得太快了，他小的时候挺胖的，也许很快会再胖起来的。”她们这样想，心里也就得到了安慰。但是应该注意，孩子的身体增高，体重也应该随之增长。专家们认为，在孩子成长时期，特别是三岁至八岁时期，父母应该注意孩子不要过矮或过于瘦弱。影响孩子成长的最重要因素除了遗传外，还有气候、营养、环境，特别是阳光。

不同国家的孩子，身高、体重也不同。在一个国家中是高个子，在另一个国家中则属正常。重要的是体重与身高的比例。下面这个表显示了三个国家中的儿童身高与体重的关系。

女孩

年龄 (周岁)	国家 A		国家 B		国家 C	
	身高 cm	体重 kg	身高 cm	体重 kg	身高 cm	体重 kg
3	89.7	13.0	85.4	12.4	92.0	14.0
4	96.8	15.3	91.5	13.9	98.0	16.0
5	99.5	16.4	97.4	15.3	103.0	17.5
6	106.7	18.2	103.1	16.7	107.0	19.0
7	110.2	19.2	108.7	17.8	113.0	22.0
8	113.2	21.0	114.2	19.0	118.0	24.0

男孩

年龄 (周岁)	国家 A		国家 B		国家 C	
	身高 cm	体重 kg	身高 cm	体重 kg	身高 cm	体重 kg
3	93.2	14.5	86.4	12.5	93.0	14.0
4	95.0	15.7	92.7	14.0	99.0	16.0
5	103.0	16.5	98.7	15.9	104.0	17.5
6	106.6	18.2	104.6	17.8	109.0	19.0
7	111.2	20.2	110.4	19.7	115.0	22.0
8	113.8	21.0	116.2	21.6	120.0	24.0

二 保护孩子的视力

眼睛是人体中很重要的器官，而且对学习非常重要。如果孩子的视力没有得到很好的保护，受到了损害，就会给孩子的将来造成很大麻烦，使他们在学方面遇到很大困难，所以应千方百计保护孩子的视力。但是现在孩子的常见病中，最多的就是视力问题。

以下是父母在家中应注意的问题：

1. 不要让孩子在昏暗的光线下学习，更不要在阳光下看书。
2. 学习时，光源应该在左上方。
3. 眼睛与一般书籍的距离应保持在30厘米至35厘米。
4. 桌、椅的高度应该与孩子的高矮相适应。
5. 不要躺着或趴着看书。
6. 在走路或活动时，不要看书。
7. 如果孩子看书时离书太近或看不清远处的东西，应该进行视力检查。

三 不要强迫孩子过度背记

记忆很明显对我们一生的心理活动都有着重要的影响。如果没有记忆力，我们的心理活动将会毫无结果，我们与过去的联系就割断了，我们的知识范围就只限于当时当地。

后一章将继续谈记忆的问题和如何增强记忆力的问题。这里只谈一谈增加孩子记忆负担的害处。

每个健康的孩子当然都有健全的记忆力，但是像人的其他能力和特点一样，人的记忆力也因人而异。如果教育者知道怎样利用孩子的记忆力、利用得适度，对孩子就有益，否则就有害。

儿童的记忆力通常是很强的。孩子无论看到什么或听到什么，只要重复出现，都会记住，重复对记忆是很重要的。然而有的父母让孩子记过多的东西。正如在马身上放过多的东西，会把马压坏一样。逼孩子超负荷记忆也会使孩子的身心受到伤害，教育者有必要注意以下问题：

1. 记忆力有好坏之分。那些记忆力差的人不能像记忆力强的人那样很快学会或记住所学的东西。因此，不能指望两个记忆力不同的孩子取得一样的成绩。不注意到这一点，父母就会使孩子在同伴面前难堪。

2. 身体不健康、神经系统有病、消化系统或分泌系统有病的人往往记忆力不好。父母应该先给这样的孩子治病，而不应该要孩子照常上课，给他们施加压力。

3. 不管孩子的记忆力好坏，给孩子增加记忆负担是有害的。不要强迫孩子硬记不理解的东西。如果孩子背诗歌、散文是为了有用或锻炼记忆，那么让孩子背诵是有益的。如果孩子记那些无用的，而且最终会被忘记的东西则是有害的。简言之，我们在让孩子记忆东西时要做得适度。

四 避免孩子过分疲倦

孩子的疲倦现象一直是专家们的研究重点。下面是有关的要点。

1. 疲倦分两种：第一，暂时、轻度疲倦，这种疲倦通过短时间休息即可消除。第二，长期、深度疲倦，这种身心疲倦需要长时期的娱乐、换环境或治疗来消除。

2. 疲倦的原因因人而异。也就是说人们不会因同等体力或脑力活动而感到同样程度的疲倦。但是人体结构、心理状况、个人习惯与感觉到的疲劳程度有关系。如果一个人习惯并喜欢某项工作，而且决心克服所有的障碍达到某个目标，当然会比缺乏这种兴趣和志向的人较晚些时候感到疲倦。

3. “精疲力尽”的意思是一个人疲倦到只有通过睡觉和休息才能恢复精神的程度。有些人的身心疲倦属于特殊情况，可用其他方法来为其消除疲倦。例如，歇斯底里的人即使不干活也会感到疲倦。这种疲倦通过暗示和讲道理即可消除。

4. 生理学家认为真正的疲倦是由于身体缺乏必要的元素；干活时，身体产生了毒素。

5. 干体力活时，身体的器官甚至人的大脑也疲倦；脑力工作也使身体疲倦，所以不能说体操、击剑、游泳、爬山等是脑力活动的休息方式。这些运动会使脑力活动所造成的疲倦加剧。只有彻底休息和熟睡才能消除这种疲劳。即使我们白天不做什么特殊工作，到了晚上也需要睡觉。专家们认为体育锻炼像脑力劳动一样会使儿童的大脑疲倦。研究表明，解数学题与体育锻炼一样会引起大脑疲倦。

6. 儿童身心都容易疲倦。疲倦的迹象之一是失眠。失眠是儿童健康的大敌，因为失眠使他们无法休息、无法恢复精力。

7. 儿童过度疲劳会导致很多复杂后果：如注意力集中的时间缩短，理解力减弱，记忆几乎停止，心不在焉，思维迟钝；孩子会变得难过、沮丧、不安。过分疲劳的孩子比别的孩子学习差，肌肉无力，身体动作不协调；读写时常出错；对外界反应不正常；创造力下降。疲倦的孩子紧张、易怒、易失眠，上课头脑不清楚，没有耐心做需要集中精力做的事，不遵守纪律，对什么都漫不经心；脸色苍白，血液循环不正常；对正常的变化反应过分；身体缺乏抵抗力等，就好像得了各种疾病。

专家们已对判断孩子的身心疲倦程度提出了衡量标准，并且能向老师提出有关备课、教法、如何充分利用孩子时间的建议。下面向父母，特别是母亲讲几点关于如何避免孩子过分疲倦的问题。

1. 回家吃午饭并要马上返回学校，往往让孩子感到很疲倦。从早晨到中午孩子的体力和脑力消耗很大，所以在中午这段时间里要避免玩耍、锻炼或做作业。他们应该睡一觉或静静地躺几分钟，以便恢复精力，保证下午上课有精神。如果有时间，可以在户外呆几分钟，但不要到处跑或做其他体力活动。

2. 孩子下午放学回家很可能已非常疲倦了，所以不要马上学习，也不要做剧烈活动。如果有家务活，他们可以先帮着做，然后，有可能的话，到户外休息一下再做家庭作业。

3. 学习时按时休息会减轻疲倦程度。学生做家庭作业时，应该记着每隔三四十分钟休息15分钟。

4. 对每个人，特别是儿童，恢复体力最好的办法是按时熟睡。父母应该记住，一定不要减少孩子的睡眠时间，避免晚上带他们外出，这样做对孩子的健康不利。

关于睡眠，专家有过很多研究。下面是有关建议：

- 1. 应培养孩子向右侧和仰卧的睡眠习惯。这样既不会影响心脏也不会给身体的某个部位造成过多压力。
- 2. 孩子睡眠前不要吃得过饱，因为难消化的食物影响睡眠。
- 3. 不要让孩子过多饮用咖啡、浓茶和其他兴奋神经的饮料。这些东西对孩子一般都有害。
- 4. 应该每天打扫房间，使房间通风；经常晒被褥。

下面是儿童睡眠所需时间表：

年龄（周岁）	睡眠时间（小时）
吃奶的婴儿	16
4岁之前	13
4—7	12
8—12	10
12—15	8—9

一般来说，健康的孩子可以比身体弱或神经紧张型的孩子睡得少点。但是如果父母按以上建议去做，紧张的孩子就会大大减少。

五 别带孩子晚上串门

晚上到别人家去玩是常有的事。如果只是成年人这样做，是无可非议的。但是，有些人到别人家去玩时，常常带着孩子。这里有必要讲一下这种做法的坏处。

1. 孩子，特别是要早起上学的孩子，应该早睡觉。他们至少需要八个小时睡眠才能保证醒来时不感到疲倦。晚上睡得晚对孩子很有害。孩子不能有充足的时间睡眠、精力得不到恢复，上课精力就不集中。如果这种情况持续下去，孩子会渐渐变得虚弱。

2. 晚上到别人家玩时，常常是许多人聚在一个房间里，加上有人抽烟，房间里的空气很不好。孩子在学校呆了一天，晚上在这种房间里会头痛、易怒。晚上他们睡不好觉，醒来时会感到疲倦。这种状况迟早会影响孩子的健康。孩子会因此而脸色苍白、消化不良、精神倦怠。

3. 孩子随大人外出串门时，会吃一些主人招待的花生、饼干、点心、糖果之类的东西。这些东西增加了消化系统的负担，所以会使身体也受到伤害。

4. 大人们聚会时，往往会讲一些日常生活中发生的事，包括个人隐私。如果再说一些过分的笑话，这对孩子心灵会造成不良的影响。稍微了解儿童心理的人都会对这种情况感到不安，因为他们知道父母这样做等于亲手把孩子引入歧途。

孩子会仔细地听大人们讲话，并将它们记在心里。随着年龄增长，这些种子就会发芽、成长，结出苦果。

六 暑假要让孩子充分放松

父母都很了解学生在学校里很累，几乎没有时间休息。学校所设制的课程都要让学生不断地花费脑力和体力。他们只有通过睡眠来恢复体能和精力。即便在睡眠时间内，他们也可能因过度疲倦而难以入睡或睡不好。

学生早晨七点起床，匆匆吃点早餐就于八点钟赶到学校。在学校，学生坐在拥挤的教室里集中精力学习几个小时，然后回家吃午饭；虽然很累，但吃完饭，还要再回到学校坐到拥挤的教室里去。教室在冬天很少开窗通风。虽然在这种条件下用脑对身体有害，但是他还是要努力学习。孩子在快天黑时到家，回家后又要做作业。做完作业，孩子精疲力尽地上床睡觉。由于一天的劳累，孩子夜里很难完全放松。

学生一年在这种状况下学习九个月，在学期结束时，孩子的脸色都显示出精疲力尽的样子，使父母很担心。这种状况在低年级的学生身上表现得更突出。有的孩子适应不了这种生活，身体垮得很快，常常得病。

暑假为孩子提供了很好的恢复精力和体力的机会。父母应该充分利用假期让孩子休息好。父母如果按以下几点做，对孩子很有好处。

1. 如果有可能，父母应带孩子离开城市，使他们能在农村的自然环境中呼吸到新鲜空气，可以领略自然风光，并通过爬山、游泳来锻炼身体。

2. 如果父母只能呆在城市，不能带孩子去农村，就应该避

免增加孩子的体力或脑力负担。例如，不要让孩子参加暑期学习班或到商店干活。如果孩子自愿想看一本有趣的书，那当然更好，但不要强迫孩子学习一些难度很大的课程。

3. 恢复体力最好的办法是睡眠时间充足。小孩子每天需要八九个小时的睡眠时间，既然暑假有时间了，应该叫孩子睡觉。有的父母认为孩子可以晚睡晚起。但是晚上睡得太晚，改变了正常睡眠时间，对孩子的睡眠很不利。另外大人早晨早起去上班，也影响了孩子睡眠。

总之，暑假应是学生的休息时间，不要给孩子增加脑力或体力负担。

七 防止孩子过分紧张

很多父母都认为孩子胆怯、紧张是遗传父亲或母亲的性格。虽然这些说法有一定道理，但这样一概而论是不正确的。有的父母紧张，而孩子却很健康。健康的孩子由于缺乏适当的教育，家庭不稳定，或受亲戚、大人的不良影响也会变得紧张、胆怯。

一般来说，紧张的孩子非常敏感，一点点事就会使他心不安、睡不宁，夜间多次惊醒，有时尖叫或哭喊，好像怕什么事似的，而且很难使他平静下来。他与朋友玩时常常生气，为一点小事就哭；如果感情受到伤害，就不玩了。这种孩子多动，他的手、脚甚至舌头都好像在动，干完一件事，马上干另一件事。这种孩子很容易疲倦，稍一累就对什么事都失去耐心。

紧张的孩子往往很聪明、有才华，学东西很快，但是他们往往把自己的能力用错了地方，经常浪费自己的精力，使自己过度劳累。

是什么原因引起孩子紧张？很明显，许多孩子不是生来如此，而是后来才变成这样的。也就是说紧张、神经质这种病大多数不是天生的，而是后来由于外部原因才产生的。如果家庭环境一直很混乱；如果大人的行为，特别是父母之间的关系不是以互爱为基础；如果父母之间常吵架，孩子的神经就会由于过度紧张而受到损害，孩子就会变得很脆弱。

孩子的神经就像涂有火药的绳子一样，父母的行为损害孩子的神经就像给绳子点火一样，一点就着。像海绵吸水一样，孩子把耳闻目睹的事都记在心里。所以家庭中的争吵和粗野的行为会伤害孩子的神经。如果父母争吵时，看一眼无可奈何的孩子，就会发现孩子的脸色是多么苍白。从孩子紧张的面部表情和颤抖的嘴唇，父母会发现他们的行为在孩子的内心引起了多大的混乱。这种痛苦的折磨全部都作用于神经，而且只作用于神经。

下面的建议可以防止并治疗孩子的神经质：

1. 一定不要让孩子看到父母之间或与朋友、亲戚之间令人不愉快的事。

2. 与孩子同睡一个房间对孩子的健康有害。一旦有条件，孩子应该与父母分房间睡觉。这事无须多解释。

3. 孩子不仅像海绵一样把耳闻目睹的事都记在心里，而且模仿大人的所作所为。如果他接触的人为一点小事就发火，他

就会模仿大人发火。即使他的神经系统没有问题，他也会常模仿大人发火，渐渐地便有了这种第二天性。

为了避免孩子养成这种坏习惯，父母和其他大人应该谨慎行，至少在孩子面前应该控制自己，别轻易发火。这样就可以避免孩子模仿大人的行为。

4. 过分严格、无休止的说教、不合理的体罚等等，会大大加重孩子的紧张心理，所以父母应避免这样做。打孩子是特别应该受责备的行为，而且对孩子的身心都有害。生理学家认为打孩子会引起精神疾病，而且会伤害孩子的神经系统，所以父母千万不能打孩子。

5. 有些父母对待孩子的态度不一致，也就是说当孩子调皮捣蛋时，父母有时非常粗暴严厉地对待孩子，有时则对孩子充满温情和爱意。这样做使孩子很担心、很不安。孩子不知道父母会怎样对待自己的行为——是喜欢还是生气。因此，父母应该注意自己的行为方式，使自己的行为符合教育原则、合乎道理，而且始终如一。

6. 天性紧张的孩子在和睦的家庭环境中性格会渐渐得到改善。应该请好医生为孩子的情况作出诊断，为孩子提供舒适平静的生活。

7. 让孩子充分睡眠是最重要的事情。神经质的孩子每天比正常的孩子消耗更多的精力。使他们恢复体力的最好办法是完全放松的睡眠。孩子越小，所需睡眠越多。孩子在五六岁前，除了晚上正常的睡眠外，白天还需要睡觉。白天一般睡一个半到两个小时。甚至过了这个年龄，紧张的孩子仍然要在下午睡

一小时。如果在这个时间睡不着也没关系，静静地躺着也会使神经得到放松。孩子都应该晚上按时睡觉，紧张的孩子晚上一定不要熬夜。

八 重视遗传对孩子的影响

遗传和遗传对一个人在教育方面的作用一直是科学上复杂深奥的问题。很多书都对这个问题进行过讨论。学者们的观点也不一致，有时还有矛盾。这里无法详述这些学者们的理论，只讲这个领域中所公认的、与孩子教育有关的几个问题。父母了解这些问题后会更充分认识到自己对子女的责任。

1. 父母的身心疾病（甚至心脏病等）和母亲怀孕时经历的痉挛都会对胎儿产生有害的影响。

2. 当人感到愤怒、恐惧时，血液的构成会发生很大变化，因此对一个要做母亲的人来说，平静的生活对胎儿的身心发育都有好处，因为母亲的血液是胎儿唯一的营养来源。研究证明，母亲吃的食物的质量、娱乐方式等也会影响胎儿。

3. 母亲患病毒感染的疾病或嗜酒，对孩子有害。这样的孩子智力会受到损害，容易犯罪，也可能患精神病或神经病。

4. 近亲结婚所生的孩子常常在智力、身体方面有缺陷。

5. 父母的典型特点通常会传给孩子。这些特点不是马上表现出来，而是在人生的不同阶段，特别是在青春期和成年期表现出来。身心疾病有时在儿童时期处于潜伏状态，而在以后才表现出来。

6. 父母不是完完全全地将智力传给孩子，但是他们对孩子肯定有影响。著名科学家和发明家的孩子可能成为一个好作家、政治家或很能干的商人。

既然父母的优缺点对孩子有这么大影响，做父母的应该在任何情况下都注意自己的行为。他们应该认识到自己的言行也关系到孩子将来的前途。父母应自觉地认识到自己的重大责任。如果父母走上歧途，只求感官上的快乐，就会毁掉自己和后代的幸福基础，毁掉他们的自尊。这样，对他们后代的教育，即使最好的教育者也无能为力。

我们当然不能改正我们前辈的所做所为，但是我们可以端正我们自己目前和将来的行为，以免使后代出现身心方面的问题。我们应该留意著名专家的经验和建议，并留意世界上所有国家公认的研究成果。

1. 走向成熟的年轻人应意识到自己将来也会做父母，做下一代的教育者，所以应该检点自己的行为，使之符合文明进步的要求，不要使自己的行为偏离正道，或做有损于自己及后代的事。他们应时刻警惕自己的行为，不论是吃饭还是娱乐，都要牢记自己应该培养身心健康的孩子。任何不符合科学原则的行为都会对自己的孩子产生不良的影响。

2. 当年轻人结婚时，应该知道他们的婚姻会带来孩子，从而为履行父母的神圣责任做好充分准备。他们应以健康的身心，创造更好的条件来迎接孩子的到来、保护孩子，使其免遭身心方面的不幸。

3. 丈夫应关心怀孕的妻子，并根据专家的指导，使妻子能

轻松愉快，避免使她过分激动或精神紧张。丈夫还应注意妻子的营养，并在必要时找医生。换言之，丈夫应千方百计保证胎儿在母腹中能自然生长，使其免受神经疾病的侵害。这样孩子来到世上时才不致于虚弱多病，才能够避免终生受病痛折磨。

4. 父母都应尽量不喝酒、不抽烟、避免患传染病。因为喝酒、吸烟、传染病危害自身也危及孩子。

5. 应尽量避免近亲结婚，以便使孩子茁壮成长、聪明能干，被赋予更多的优点。

如果父母能按以上建议去做，教育者的工作会容易得多，孩子也会在较短时间内被培养成为举止文雅、行为端庄的人。

第六章 孩子与自由



你们须知，自由的体现及其象征乃属动物性。而作为人类，应该服从那些能使其免于无知并免受作恶者伤害的约束……真正的自由包含了服从我的诫律，你们却对此一无所知。

——《巴哈欧拉圣作选粹》

……高标准的道德品行不应与任何形式的苦行僧或与极端和顽固的清教徒混为一谈。巴哈欧拉谆谆教导的标准，绝不是试图去否认任何人充分享用或受益于博爱的造物者所赋予这个世界的许多欢乐、美丽和乐趣的合法权利及特权。

——守基·埃芬迪，《神圣正义的降临》

现在影响人类的祸患之一就是拼命地争取过分的自由，人们放弃旧的风俗习惯，同时忽视道德准则和精神生活，结果带来无数的问题。这些问题在某种程度上影响了每个人。很多人自诩为改革先锋，使人认为他们无拘无束、彻底与过去决裂、完全自由。

如果从整体上仔细研究一下社会关系，就会发现东西方都放弃了很多道德准则，而又没有新的准则取而代之。人们往往借自由的名义去追求不正当的快乐和短时间的满足。

现在赌博、嗜酒、性放纵、吸毒、不尊重父母等现象在世界各地都很盛行，而且愈演愈烈，很多严肃的思想家为此而担忧。

作者曾去过很多国家，目睹了这种“自由”所带来的危害

性。现在青少年在性放纵方面也像成年人一样，甚至有过之而无不及。在很多国家中，男女学生耽于性爱而毁掉了自己的才华，这真是令人难以置信的事。

当然，过分严厉，不满足孩子的正常要求，不让孩子参加健康合法的娱乐活动也是极不应该的。但是过度自由也会带来不良后果。既然两个极端都有危害，那么就要正确地处理好这种事情，避免走极端。既不要拒绝孩子做有益于身心健康的事，也不要让孩子为所欲为。

如果父母因为孩子跑、跳、玩笑、谈话而恼火，不让孩子正常活动，父母是错误的。这种家庭的孩子神经高度紧张，在父母面前不敢表达自己的意见，容易激动，精神沮丧，因为他们怕父母发火、喊叫。这样的父母剥夺了孩子的自由，使孩子痛苦不安。这是一种极端。

下面是另一种极端。父母很少管孩子的事，从不告诉孩子该干什么或不要干什么；不询问孩子去哪里，要干什么，为什么晚回家一小时，和谁一起走，为什么染上了某种坏习惯，为什么不遵守诺言，为什么买不好的书，为什么白天不做作业而晚上做。这种极端也十分有害。在教育孩子的问题上采取正确的方式是非常重要的。

一 在街角与胡同玩耍的害处

给泥土沾污过的翅膀无法飞翔。

——巴哈欧拉，《致狼子书》

影响儿童行为的三个因素之一是家庭和校园之外的环境。不管他喜不喜欢，都不可避免地要在这些环境中度过一些时光。

从教育的角度来看，对孩子教育很不利的地方就是街角或胡同。教育者应对这些地方加以注意，告诉孩子在这些地方玩耍的害处。

这样说的理由很多。首先，过路人不一定都受过良好教育，会说一些不适于儿童听的话。他们的话如果不符合道德原则，会对孩子的性格产生诸多不良的影响。再者，一些调皮捣蛋的孩子的行为会对孩子的心理和道德思想方面造成极大害处；另外，孩子也会碰到同龄的小伙伴，这些小伙伴有的误入歧途，说话办事的方式会对孩子产生不良影响，孩子会跟他们学坏。

专家们认为所有的行为都是以刺激—反应模式为基础的；也就是说人受刺激影响，也对刺激作出反应。这些刺激对人可产生好的作用，也可产生坏的作用。例如，当你进入花园看见美丽的花儿，听到悦耳的鸟叫，你就会感到很愉快。如果你走过一片战争造成的废墟，就会感到伤心难过。

这种刺激—反应的模式也同样适用于孩子。每句话，每个行为都会使孩子受到影响。街角或胡同对孩子教育的坏处很多，不胜枚举。如果我们对孩子不加看管，让孩子们自己去这样的地方，那将会犯严重的错误。

经常看到有的母亲把孩子送到外面去，以便让孩子自己玩一会儿。有的母亲虽然不鼓励孩子出去，但对孩子采取不加约束的态度。

让孩子自己到外面玩的坏处有很多，这里只列举其中几个主要的：

1. 在街角处或胡同里，孩子们易受不好的影响。
2. 孩子容易与缺乏良好教育的孩子交上朋友，这些朋友的言行会对孩子有很大的影响。
3. 孩子在街上玩，不会有人约束他们。当孩子习惯于在街上游逛，尝到“自由”的“快乐”时，就会渐渐厌烦学校和家庭，因为家庭和学校有很多限制。
4. 街上的杂乱环境有可能对孩子的健康造成伤害。

简言之，让孩子自己到街上玩，没有人看管，对孩子的身心健康不利。父母特别是母亲一定不能允许孩子自己到街上玩。当然，母亲应该对孩子有耐心，不要轻易发火。

不耐烦而把孩子撒下不管的母亲就像船长在汪洋大海之中弃离岗位，让旅客与危险为伍。

为了避免孩子对家庭产生厌烦心理、总是想到街上去玩，母亲不应该阻止孩子在家中到处走动，或干一些无害的、被称为“调皮”的事。母亲也不要总是对孩子指手划脚，骂孩子。她应给孩子提供适当的玩具，让他们有事做，这样孩子就不会“调皮”。

二 谨慎择友

与邪恶者为伍，徒增痛苦；

与正直者交往，心明眼亮。

——巴哈欧拉，《隐言经》

与坏人交朋友有害身心，使人堕落。正如萨迪诗中的天使一样，由于与恶魔交往，而使灵性的热望转变为凶残的欲望。

假如天使与恶魔交往，他会变得恐惧、背叛和奸诈。

与好人交往，可增长知识、陶冶情操，并可保护其心灵不受空想和欲望之风侵蚀。这是上帝强烈警告人勿与为非作歹者打交道，告诫他们要寻求和正直者交谊的理由。

有些青少年道德败坏的重要原因就是结交了坏朋友。这些坏朋友使他们越来越偏离正道，讨厌学校，不愿学习。最后他们陷入令人痛心的不幸境况中。

不管父母在家怎样教育子女，要他/她不做坏事，但是只要孩子在街上或学校里与坏孩子交上朋友，父母的努力就会付诸东流，所以父母最重要的责任就是注意孩子在外面与什么样的人交往。即使这样做要花时间，也要设法知道孩子平时到底和什么人来往。不要以为孩子在家被看管很严就可以放松警惕。一旦发现有必要对孩子进行看管，就一定要根据自己的经验或找专家协商采取必要措施。要清楚孩子的年龄以及这一特定年龄的孩子所容易出现的问题，要千方百计做好这一工作，否则一时疏忽会造成非常大的麻烦。

父母应利用合适的机会与孩子谈话，了解孩子的情况，对孩子加以指导，使他们认识到与坏孩子交往的害处。另外也可以与学校里的负责人进行协商或找出孩子的坏伙伴，要求孩子不要与他们来往。

总之，父母必须想方设法处理好这个问题。就像疾病伤害人的身体，甚至使人丧命一样，精神方面的很多疾病也对人的

精神造成危害，甚至使人道德沦丧。某人得了传染病时，你一定不会让你的孩子与他接触。那么有的人很明显有道德败坏的迹象，你怎会让这个人靠近你的孩子，使心爱的孩子的心灵受到毒害？

三 饮酒的害处

根据至圣之书所载，饮酒是被禁止的；它是
冠心病之导因，又削弱神经、消耗精力。

——阿博都-巴哈，转引自《神圣正义的降临》

崇拜上帝的人啊！你应沉醉在上帝之爱的醇
酒里，而非那令你的智力丧失之物里。

——巴哈欧拉，转引自《神圣正义的降临》

很多教育家和学者都研究过纵酒的害处，特别是对孩子成长的害处。下面的几点是他们的结论。

1. 酒是致命的毒药也是社会的灾难。酒不仅害了纵酒的人，也使孩子面临无数困难和没有希望的未来。饮酒对人有害，也就是人们常说的使人“醉酒”。这种毒药麻醉人的神经系统，使人的言行失控，使决断力受到削弱。一个人如果习惯性醉酒，会出现神经疾病，如失眠、神经炎等。经常饮酒还会得一种产生幻觉的疾病，患者能在幻觉中看到奇怪的动物，听到可怕的声音。另外，纵酒者的感官也受到影响，他的手会颤

抖，说话不连贯，心脏变弱，会出现肺、肾肿大，心脏悸动。这些病将伴随终生。

2. 酒的毒性很大，在一些欧洲国家里，每年饮酒造成6000多人早亡，使他们的孩子无人照料，身心都受到伤害。

3. 家庭中的当家人有了饮酒的嗜好，就会花钱买酒，便在孩子营养方面减少开支，给孩子的健康带来不良影响。

4. 父母在家中常喝醉酒，喝醉时不顾礼貌和尊严，可能会说一些不三不四的话，这些话会损害孩子的羞耻心。父母常常这样做，会使孩子对丑恶的言行习以为常。如果孩子们染上饮酒的恶习，也会道德败坏，难以为社会作出有益的贡献。

5. 父母饮酒会使出生的孩子体弱多病、身心不健全。饮酒的父母生的孩子中有66%的孩子记忆力差，智力比一般孩子弱，学习有困难；有17%的孩子在听说方面有缺陷，17%的孩子肌肉不发达。总之，饮酒的父母生的孩子往往不健康。

6. 家中父母如果喝醉酒，往往会闹得全家不安，而孩子需要宁静的环境，这样孩子会睡不好觉，加上害怕和混乱，会神经衰弱。

7. 孩子经常看到父母醉醺醺的，会避开家庭，瞧不起父母，认为家庭是充满恶意、使人堕落的地方。他们会交上一些坏伙伴，最后在恶劣的社会环境中堕落下去。

8. 父母嗜酒往往使孩子在同伴面前感到丢脸，使孩子伤心不安。

9. 下面的数字说明了饮酒对儿童的影响。

A组：没喝过酒。42%在学校进步很快；49%在学校表现一般；9%学习不好。

B组：偶然喝过酒。34%学习好；56%学习一般；10%学习不好。

C组：每天喝酒。27%学习好；56%学习一般；17%根本不能学习。

这些数字表明孩子即使每天喝一点酒，他们的智力也会明显减弱，结果在学习上受到很大影响，无法成功。如果他们从未喝过酒，其中42%在学习上会不断进步。但是如果每天喝点酒，其中只有27%在学习上进步较快。

10. 通过对常喝酒的515个男孩和554个女孩进行的体力测试发现，只有其中的65个男孩和87个女孩结果正常，其他的450个男孩和467个女孩都有问题。

11. 有的父母听说果酒和啤酒对孩子健康有利，就逼着孩子喝酒。前面说过酒带有毒性，会减弱人的抵抗力，易使人患肝病、肾脏病、肺病和心脏病。孩子天生脆弱，神经系统易受损害。酒还会毁掉孩子的才华，使他们脾气暴躁、举止粗野、意志薄弱、智力减退，常常显出一副傻样子。我们已经清楚酒的害处，孩子是未来的接班人，我们应该保护孩子，不让他们染上饮酒的坏习惯。父母为了孩子、为了社会，也应该完全戒酒，使孩子能成长为健康、聪明的人。青少年当然也应避免染上这一恶习。

我们已从道德、社会和经济的观点看到酒精的危害程度，它对我们的孩子——未来会取代父母地位、服务社会的人——的生存所具有的威胁，我们应认真地革除这危险的习惯。珍惜孩子的生命如自己的生命般的父母——为他们的舒适和幸福忍

受艰辛和烦恼，不愿任何不幸降临他们——更应完全避免饮用含酒精的饮品，也为了社会的幸福和荣誉，他们才能养育出健康、活泼、聪明而且超群的儿童。

四 不看不健康的影视节目

……过一种贞节和神圣的生活，具有中庸、纯洁、节制、高雅以及心地洁净的素质，不外乎表现在举止、衣着、谈吐、娱乐以及所有艺术和文学的业余爱好上。

——守基·埃芬迪，《神圣正义的降临》

自从活版印刷出现以来，没有比电影、电视更能有效地传播知识的了。电影、电视不仅被看作是教育人的好方式，而且也被看作是增长科学知识、地理常识，以及了解历史事件、社会文化的好方式。发达国家里，教育者充分利用电视、电影进行教育。孩子们看电影、电视时情绪高涨。下面的数字说明孩子是多么喜欢看电影。

在英国，利物浦每天有13,000名学生看电影。在苏格兰的爱丁堡，平均每个学生每周两次去电影院。在纽约每天有10,000个学生看电影。在德国的一些城市里，75%的学生一年去电影院20次。

在这些国家里，电视成了儿童生活的一部分，孩子看电视的时间明显增加。父母很想用电视来照看孩子，孩子看电视几乎上瘾成癖。

电影对教育有利，但是如果完全任由孩子自己挑选电影，那么电影就非但不能起到教育作用，反而可能会对孩子造成坏影响。很多教育者告诫父母要注意保护孩子，不让他们受道德水准低的电影的影响。下面是在研究孩子看电影方面的几个发现。很多发现也同样适用于电视。

1. 孩子们经常独自或与朋友一道去看电影，自己选择电影。如果父母不加以控制，孩子选择的电影中有的会对他们的精神和道德产生坏影响。

2. 如果孩子不加约束，任其在电影院随便看电影，他们常常会把一部电影看两遍甚至三遍。长时间呆坐在空气污浊的环境中，对身体很有害处。

3. 孩子们喜欢关于侦探、破案、偷盗、暗杀、武装抢劫、爱情等类型的电影，而不会非常想看教育方面的电影。孩子们喜欢这种“令人兴奋”的电影有以下坏处：

第一，这种电影往往会使孩子认识问题肤浅，不习惯深刻地认识现实中发生的事。

第二，受别人行为的强烈影响，自己的创造力会减弱。

第三，常看一些道德水准不高的电影，孩子的道德观念就会淡薄，往往会作出不道德的事。

第四，常去电影院看电影会对孩子的身体造成损害，孩子会出现视力减退、神经衰弱和各种呼吸道传染病。

不道德的电影把一些堕落的行为当作正常的事加以描述，所以对公众和社会造成极大危害。儿童和青少年的道德观还没有形成，当看到这种电影中主人公的行为使观众惊异时，天真

的孩子会将那些堕落行为误以为英雄行为，希望自己有一天成为主人公那种人。这种电影会把孩子引入歧途，使青少年走上偷盗等违法犯罪的道路。

另外，青少年刚进入成熟阶段，有了性欲，如果常看一些不健康的黄色电影，就会陷入不能自拔的境况中。那些黄色电影的唯一目的就是赚钱，它们对青少年有很大的毒害作用。

为了保护青少年，很多电影院都对少年儿童看电影作出了规定。父母必须遵守政府这些规定。在电视方面，很多国家也有些类似规定。

为了让孩子能看到合适的影片，父母应注意以下几点。

1. 带孩子去看电影之前，先看一看关于这部电影的可靠介绍。如果有可能最好先亲自观看这部电影，如果确信影片没有问题，再带孩子去看。在判断电影的好坏时，父母不要以自己的好恶为标准，因为上面说过对成年人无伤大雅的电影，对儿童却不适宜。

2. 注意看电视要有所控制。不要认为晚上没有事就应该在家看电视或去电影院。到外面去散步对孩子健康更有利些。

3. 不要带着太小的孩子去看电影，因为孩子不喜欢看，也看不懂。电影院的空气污浊，会影响孩子的休息。

4. 买电影票时要考虑到孩子的视力，孩子如果近视，要买前排的，以免使他看得吃力。

5. 尽量不让孩子自己去电影院。

6. 不要让孩子在电影院里把同一部电影看两三遍。

7. 除了要孩子看一些科技教育影片外，也要让孩子看些无

害的娱乐影片。青少年已经能分辨好坏，应该坚决避免看对自己的身心有害的电影，这样做对自己的前途很有好处。

五 不读儿童不宜的图书

须悉心培养孩子，使其树立崇高理想和远大目标。这样，长大成人后，他们便会如明亮的蜡烛般照亮世界，不会被禽兽般的贪欲和邪情所玷污，不会变得疏忽大意和懵懂无知；相反，他们会立志成就永恒荣耀并获得人类一切卓越品质。

——《阿博都-巴哈文选》

父母往往对孩子阅读的书籍质量关心较少，让孩子随心所欲地挑选自己的书和杂志。结果孩子根据自己的好奇心和朋友的影响，不分好坏地碰到什么书就看什么书。

孩子这种看书方法的害处是很明显的。就像父母关心孩子的饮食一样，父母也应该，甚至更应该注意孩子的智力发展，不要让孩子吸收了有害的东西而影响了精神健康。

父母一般都会带回家一些杂志和报纸，未成年的孩子也可能读到这些东西。现在很多杂志是谈情说爱的内容，而且有些内容会激起年轻人的性欲。如果不限制孩子读这些杂志，孩子会渐渐在心理和神经方面受到损害。下面详述一下孩子读这种东西的坏处，以及父母应如何阻止孩子读这些东西。

1. 处于成长期的孩子如果将很多时间浪费在读这些故事

上，就会减少读好书的时间，这些好书包括文学书、科学书和学校用书等。这些宝贵的时间本应该用来获取知识，以便将来有所成就，结果却浪费在读消遣书上了。这些孩子就像背了一包金子的旅行者，包破了，也不知道，到最后发现自己一无所有。

2. 言情小说对年轻人来说，是逃避现实的工具。如同一个人做美梦一样，梦境与现实大相径庭。这样的小说像鸦片一样毒害年轻人，破坏他们的理解力，使他们整日想入非非，脱离实际。如果青年人长时期沉迷于这种小说，就会萎靡不振、无所作为。

有一学生把这种爱情小说带到了学校。上课时，他把书放在课桌下偷偷地看，而不听老师讲课。下课回家后，躺在床上继续读而不准备作业。他受书中影响太大，对现实世界的看法变了，就像带上绿色眼镜把周围的东西都看成了绿色一样。母亲叫他干家务活，打断了他的思维，他就很生气。他要么不听母亲的话，要么很生气地去干母亲吩咐的事。

3. 如果小说作者过于描写性爱，青少年看了这样的书后受到刺激、早熟，并会养成对身心有害的坏习惯。

言情小说对青少年的害处在这里不一一详述。下面讲一讲如何阻止孩子读这种书。

1. 父母应该持续关注孩子在看些什么书。父母从一开始就应该使孩子能自愿地把要看的书给父母看一看，问问父母是否应该读某本书。如果孩子拿到了一本不合适的书，父母应该直言不讳地告诉孩子这本书对他不好。父母应该教育孩子，使孩子在大小事上，包括看什么书，都与父母商量。

2. 父母应循循善诱，令孩子明白无论他想借或买什么书、杂志，都应该先征求父母的意见，如果合适就读，不合适就放一边。

3. 父母应该注意不要在家里放一些不适于孩子看的東西。这样做，在某种程度上能防止孩子看到一些不合适的东西。

4. 当孩子到了一定年龄，父母应该告诉孩子读某些书的坏处，如使人的大脑疲倦、影响理解力等。要孩子在看书前先与大人商量一下。

如果父母带回家一些不适于儿童看的书，应该做上某些标志，使孩子一看就知道这不是他们该看的书。

第七章 促进孩子的成长



儿童必须得到无微不至的照顾、保护和培养，这其中包含着父母真正的义务和仁慈。

——阿博都-巴哈，《巴哈伊教育箴言》

古今著名学者都认为家庭对孩子的心理有很大影响，对孩子的身心发展负有最重要的责任。

父母都会为孩子的身体健康发育而操劳，希望孩子能茁壮成长，免受外界伤害。同样，父母也应该培养孩子健康的心理和良好的品德。如果一个人没有好的道德品质和健康心理，即使身体健康，学识、技艺高超，也难做一个完美的人。

专家认为下面的因素对孩子的心理发展有不好的影响，对孩子的教育不利。

1. 父母去世或有一方去世。
2. 父母离婚，家庭破裂。
3. 父亲经常外出，孩子长时期得不到父亲的照顾。
4. 母亲长时期不在，让别人照顾孩子。
5. 父母忽视孩子的道德教育，不能及时纠正孩子的缺点，如发脾气、挑拨离间、说别人坏话等。
6. 父母在家中饮酒。
7. 父母嗜烟。
8. 父母一方或双方结交不好的朋友。

甚至家中书的数量和类型、母亲的教育水平、父母之间的谈话方式都对孩子的心理有影响。

一位俄国专家认为家庭环境对孩子有以下六个方面的影响：

1. 如果父母不关心教育孩子，孩子不受重视，反而受轻视，孩子会变得虚伪、好说谎，智力受到损害，变得迟钝。

2. 如果父母在孩子面前夸孩子，孩子会变得自私自利、肤浅、自满、缺乏创造力。

3. 在幸福和睦的家庭中，孩子会心地善良、精力集中、酷爱学习。

4. 如果父母不能公平地对待孩子，反对孩子做事，总是挑剔，孩子会厌恶家庭，心中总是愤愤不平。这样的孩子易激动，为一点事就会紧张起来。

5. 如果父母过分娇惯孩子，总是把他们当小孩子看待，甚至不愿他们自己穿鞋。由于不让孩子动脑动手，孩子会变得懒散，并总是害怕正视生活。

6. 在特别贫穷的家庭中，父母对孩子自然地表现出爱心，孩子长大后勤奋、文静、孝顺、谦恭。但是如果家庭贫穷，父母又脾气不好，孩子则会变得痛苦、虚弱、孤独，总是悲观地看待自己的现在和未来。

从以上论述可以看出家庭对孩子的心理有多大影响，孩子的道德观、举止和社会生活都受到家庭的影响。可以说父母的言行、对孩子的关心爱护直接关系到社会进步。因而父母，特别是母亲要认识到自己的神圣职责。无论父母做什么、说什么、与什么人交往，都必须牢记自己作为父母的责任。做到这一点并非易事，父母都应做出不懈的努力。

一 母亲要做好“第一任老师”

巴哈伊经典里一再强调，养育巴哈伊儿童的任务，乃是母亲的首要责任，她独有的特权诚然是，在家里营造一个最有利于孩子身心发展的良好环境。孩子从他母亲那得到的最初训练构成他未来发展的最坚实基础……

——守基·埃芬迪授写的某信函，

《巴哈伊教育箴言》

慈母们啊！你们要知道，在上帝看来，对祂的最大崇拜就是教育孩子，培养他们具有人类的一切美德。再也想不出比这更高尚的行为了。

——《阿博都-巴哈文选》

在家庭中母亲的责任比父亲的更重要。母亲为孩子立下道德规范，指导孩子如何做人。因为母亲与子女经常接触，她的信仰、思想、意见、行为、习惯就很容易影响孩子，所以母亲在任何情况下都应该注意自己的言行，表现出优良的品质，以便成为孩子的楷模。如果在孩子眼中母亲降低了尊严，得不到孩子的尊重，那么对孩子进行教育就会很困难，甚至是不可能的。

父亲应该牢记不能削弱母亲在孩子心目中的地位，降低母亲的地位对孩子的教育很不利。这个教育原则是所有教育原则中最重要的。

二 保持与子女的亲密关系

你们应该把优良品德问题视为头等重要。每位父母都必须长期指导孩子，引领他们学习能获得永恒荣耀之事。

——《阿博都-巴哈文选》

很多当父亲的认为自己在家里的责任仅仅是照顾好家庭物质方面的需要，工作就是他们生活的目标。他们对家庭中的精神生活需要则不感兴趣。很多母亲也是一样，只是忙于做饭和家庭日常事务，很少关注孩子智力和精神方面的发展。她们认为这方面的培养是幼儿园、小学和寄宿学校的责任。

很多父母与孩子不是保持亲密的友好关系，好像认为这样做与大人的身份不符，孩子大声说话、大笑或唠叨马上就会使他们很恼火。他们会直接告诉孩子：“不要烦我，我要做事。”这种想法和做法是完全错误的，因为培养孩子的善良品质、健康情感、正确思想的最好地方是家庭，最好的老师是父母。不管幼儿园、学校多么好，都无法替代家庭的作用。

有关“培养孩子”的问题，守基·埃芬迪写道，“鉴于巴哈欧拉和阿博都-巴哈都强调父母要自孩子幼年起就培养他们，那么最初由母亲在家亲自教育孩子似乎比将他们送到托儿所更好些。若为情势所迫，巴哈伊母亲采取后者也无可非议。”

幼儿园和小学对待孩子的方法都大同小异，即对每个孩子的教育方法都差不多，学生所学的课程都一样。即使学校想因

人施教，也几乎是不可能的。尽管教育学有了很大发展，也很难使学校做到在施教时考虑到每个人的需要。

家庭对孩子的影响是很大的。母亲对孩子的感情、爱好最熟悉，最适合教育子女，所以在孩子早期，母亲最好多在家里照看孩子，不要将孩子托付于保姆或幼儿园。

如果父母与孩子建立起密切的关系，与孩子交谈、改正他们的缺点，那么很多教育问题就会在家中得到解决。重视与孩子交流的家庭往往会定出与孩子交谈的时间。在这段时间里父母与孩子坐在一起讨论某个问题。父母有时讲故事，有时鼓励孩子讲话。密切的交谈中很多复杂的教育问题会迎刃而解。

三 母子之情弥足珍贵

母亲是第一位教育者，第一位人生导师；的确，母亲将决定自己小孩的幸福、未来成就、礼貌习惯、学识与判断力、悟性和信仰。

——《阿博都-巴哈文选》

孩子总是需要有人与他谈心、分担忧虑，需要一个亲密的朋友来指导帮助他。母子之间的友谊是极其重要的。小孩子应该能把母亲当作真诚的朋友、亲密的伙伴、庇护所，向母亲倾吐心里的一切。

如果孩子不能这样看待母亲，就会去找朋友来代替母亲的作用，对这个人表示友好和信任，自愿倾吐自己的一切，服从

这个朋友并把这个小朋友的话牢记心中。这种情况对孩子很危险，因为他的朋友像他一样也没有经验、缺乏判断力。

尽管如此，有些母亲因各种原因对孩子漠不关心，她们好像讨厌看到自己的孩子，虽然说他们心里并非如此，但其结果都一样，也就是说他们无法与孩子建立亲密的关系，孩子只好避开母亲的冷漠而去找别人倾吐自己的心声，听别人的话。

例如，一个七岁的孩子对某件事或某些议论迷惑不解时，会千方百计地想弄明白。弄不明白时，他想起母亲会帮助他，便高兴地回家找母亲。母亲正忙于家务，便不耐烦地说：“你没看见我正在干活？我没闲功夫听你唠叨。”

母亲的反应使孩子很伤心，孩子下决心不再问她什么问题。他不可避免地要找别人来问这个问题，于是便问自己班上的同学。这个同学的回答很适合他的口味，也许会使他终生难忘。如果这位母亲稍微注意孩子的问题，孩子就不会去向一个不太懂事的孩子求助，他以后的生活也许完全是另一种样子。

学者们很早就发现母亲与孩子建立亲密关系的重要性。如何同孩子谈话也是很重要的课题。父母应该根据孩子的理解力回答孩子的问题，使孩子满意和信服问题的答案；而且应该给孩子提供谈话和问问题的机会。父母千万不能粗暴地对待孩子、影响自己与孩子之间的亲密关系。任何会疏远母子之间关系的事都应该避免，这样孩子会把母亲看作是爱的源泉，并向母亲谈自己的想法和忧虑，而不会躲避她们。

四 教育孩子是父母的天职

慈悲之女仆啊！你有义务从孩子的婴儿时期就开始对其进行教导！你有义务陶冶他们的道德情操！有义务在各方面和所有情况下关照他们，因为上帝——荣耀和崇高的神——已经命定母亲成为婴幼儿的首位教导者！这是一个伟大而重要的事业，也是个崇高的职务，对此职务的任何怠慢都是不许可的。

——《阿博都-巴哈书简集》

父母最重要的责任就是培养孩子的道德品质，但是很多父母却忽视了这一重要责任，把教育孩子的时间用在了无关紧要的小事上。他们将一些小事看得比教育孩子还重要，只有在空闲时间才想起孩子的事，随便了解一下孩子的情况。他们根本不了解孩子的身心要求，有时还胡乱下些毫无意义的命令。

例如，一个母亲晚上很晚睡觉，早晨等孩子自己做熟饭后才起床，孩子如果经常得不到母亲的关心和照顾，或者发现自己没有人管，就会像野草一样乱长一气，很难培养出好的性格和习惯。例如，他们或者忘了洗手、洗脸或刷牙，或者穿衣服不注意整洁。

一天下午，孩子放学回家发现母亲要准备外出。母亲站在镜子前一边打扮一边说：“孩子，我和你父亲应邀作客，很晚才能回来，你在家里好好做作业，吃完饭后，早点睡觉。”

如果孩子反对母亲总是外出，母亲便生气地喊道：“你什么时候开始管起我来了？你每天在外面上学，和同学玩，我哪里也不能去，现在有人邀我出去玩，你认为我应该在家里与你一起，这对么？”孩子听了这些话会很后悔自己的“粗鲁”。

晚上父母回来后，发现孩子早已睡着。这种家庭环境就如同没有园丁的果园。无人照顾幼苗的果园当然难以有收获，一段时间后，果园的树只能当柴烧了。

母亲应该为孩子的教育作出牺牲，应该把孩子的幸福放在自己的爱好之上。没有比教育孩子更重要的事，而且在教育孩子方面没有任何人可以代替母亲。

忽视培育子女的父母会发现孩子变得举止粗野、品行不端。父母会首先尝到苦头，之后其他社会成员也受到影响。

五 母亲的尊严不容侵犯

每当看到自己的孩子表现优秀，母亲都应给予称赞和表扬，让他开心；孩子即使表现出最轻微的不当行为，母亲都应给予劝告和处罚，但方法须合情合理，如有必要，亦可给予温和的口头惩戒。

——《阿博都-巴哈文选》

母亲善良、富有同情心，与孩子谈话时充满温情和爱意。不仅如此，母亲还必须保持自己的尊严。在与孩子相处时千万

不能不顾尊严，答应孩子的无理要求。如果母亲屈从于孩子的无理纠缠和自私要求，孩子就会认为母亲怕他、必须服从他的命令和要求，谁也不能阻止他，他说的一切都必须照办。

在家庭中，母亲的尊严非常重要，不要让母亲的尊严受到一点损害。如果在孩子眼中，母亲的尊严受到损害，家庭就会出现混乱，而且没有任何力量能使这种家庭平静下来。

母亲不应该使用残酷和不合理的手段来保持自己的尊严和地位，也不应该屈从于孩子的无理要求。这两种极端都是不对的。

如果母亲的尊严在孩子心目中降低了，母亲成了嘲笑的对象，她对孩子进行教育就无望了。

请看下面的例子。一个五岁的孩子醒来后，马上就开始哭着叫妈妈过来。母亲听到喊叫声马上跑过来问他想要什么。母亲卑微地问：“你要什么，亲爱的？你起来吃饭吗？”孩子却仍然躺在那儿，睁着眼哭泣。他说：“我不想起来，把早饭全端过来，我在这里吃。”他这种态度使母亲很担心。母亲非常温和地说：“可是你需要洗手洗脸，然后再吃早饭。请起来吧，小宝贝。”

孩子再次喊叫说：“我说了我不起床。快给我拿早饭来。”母亲正在犹豫是否按孩子说的去做，孩子就又踢又叫。母亲只好妥协，说道：“好吧，好吧，别哭了。我马上给你拿早饭来。”几分钟后，母亲把饭送到孩子面前。

孩子发出这些命令，是由于无知和缺乏适当教育，而母亲则无可奈何，只好唯命是从。

在吃午饭时，孩子又开始欺负母亲了。他想喝水，但他不将眼前大杯子的水倒入小杯子里，也不告诉母亲他渴了，而是用食指指着杯子。如果母亲没有理解孩子是什么意思，没有倒水，孩子便大声喊叫，并再用手指指杯子。这次母亲恍然大悟，“你想喝水吗？亲爱的，我没注意到你的杯子是空的，给你水。”

这样的孩子控制母亲如同控制木偶一般，他的所有愿望必须得到满足。还有一次，一个孩子叫母亲离开房间，他大喊道：“别管我，出去，让我干自己想干的事。”母亲犹豫了一会儿，想劝孩子不要这样。孩子跑过去推母亲出去，然而母亲还是一直很温和地对孩子说话。

以上例子说明：母亲不应该用粗暴的手段和愤怒的方式来对待孩子，也不应该在孩子心目中显得低下、无可奈何、无能为力。母亲应在和善、富有同情心的同时，谨言慎行、通情达理，并保持庄重和自尊，从而在生活中处处体现适度原则。

六 父亲的责任重于泰山

年轻人必须成长、发展并且最终取代其父辈之位置。

——阿博都-巴哈，《巴哈伊教育箴言》

……无论传导的工作多么急迫而重大，你在任何情况下都不应忽略孩子的教育，因为你对他

们的义务的神圣程度，不亚于对圣道之义务。

——守基·埃芬迪授写的某信函，

《巴哈伊教育箴言》

“这样出色的父母怎么能培养出这种可怕的孩子？”这是常听到的话。也就是说父母德高望重、成就卓著，但是孩子在成人时却过着与父母完全不同的生活，他们的行为让家里人丢尽了脸。

有果就有因。这个问题也自有其中的道理。

1. 父母，特别是父亲，既不留意孩子的行为，也不关注孩子的培养。这些父亲的休息时间多数都给了工作。他们回到家里已是精疲力尽，只是为了休息、恢复一下体力。这些父亲认为为社会服务，就应该把大多数时间都用在家庭以外的地方。

母亲一个人照看孩子，没有父亲的配合和帮助（父亲对孩子特别是男孩子的教育有着重要影响），就如同一个人单脚站立一样。

例如，父亲干完一天的工作回家后，先花几分钟做些阅读，再去散步恢复一下精力，然后回来吃晚饭；晚饭后又马上外出参加社交活动，睡觉前还要读读写写。

在这种家庭中，父亲能对孩子的教育施加影响吗？这样的父亲对别人也许有益，也许他讲的课或写的文章对社会作出了重要贡献，但是对自己孩子的教育却没有用处。

父亲很少关心自己的孩子，把所有时间都放在家庭以外，实际上是大错特错的。父亲的重要责任就是要照顾好家庭，并根据自己的财力为孩子提供教育条件。

2. 如果父亲不注意孩子在家庭以外的活动，就不了解孩子与什么人交往、参加哪些娱乐活动。

不管孩子天性多么好，只要没有父母引导和看管，往往就会偏离正道。

总之，对孩子进行教育，是父亲的重要责任之一。他们不仅要做好社会工作，也应教育好孩子。

七 帮助孩子度过青春期

青年人更必须持续、果断和尽力去体现巴哈伊的生活。在我们周围的世界里，我们看到道德腐败、混乱、不正经、粗鄙、不良风气——巴哈伊青年必须反其道而行，并通过他们的贞节、正直、正派、体贴和良好的风气，吸引他人（无论老少）到圣道中来。这个世界已厌倦口号；它要看实际行动，而这有赖于巴哈伊青年去付出。

——守基·埃芬迪授写的某信函，

《论巴哈伊青年》

孩子在进入青春期之前，父母通常都会对孩子表示满意。父母与孩子相处融洽，很少会出现疏远的情况。在这些年里，父母与孩子之间的关系明确，父母是监护人，孩子是被监护人。

但是孩子从十二三岁开始到十七八岁，父母与孩子的关系发生了很大变化。父母与孩子逐渐对对方表示不满意，开始

有些疏远。孩子对父母的态度变了，常常会无端找茬、脾气暴躁。家庭再也不合孩子的口味，孩子的躁动不安引起了父母与孩子之间的分歧。

我们认真考虑一下这个问题就会认识到这是教育孩子最困难的阶段。专家们称这个时期为转变时期。因为在这个阶段，孩子内心与外表都发生很大变化。其中一些变化是明显的，有些是不明显的。例如，孩子在这个阶段发育很快，嗓音发生明显变化，一些腺体开始起作用。在身体发生变化的同时，智力也开始变化，出现新的感觉、爱好和要求。处于青春期的孩子发现自己周围的世界变了，不知道怎样认识自己，他们去掉了孩子气，但还没有完全成熟。他们既非孩子，又非成年人。在这个时期他们缺乏耐性，总是不安，有时躲进屋里谁也不见；有时他和熟人、朋友在一起痛快地玩耍；有时感到很懒，连手脸都不想洗，但有时又急着干事，为各种目标而忙碌。

这个年龄的孩子还非常渴望被视为大人和受人尊重的大人物，有时为了模仿大人还使用粗野的语言、发脾气，常常想要别人服从他的命令，同时不想听别人的话。

如果父母及时认识到孩子已到了青春期，按教育原则不应像以前一样对待孩子，就会更有利于培养孩子，并能有条不紊地与孩子相处，不会不知所措。

这个阶段的教育非常重要，我想提醒父母注意以下几点。

1. 处于青春期的孩子性情不稳定，情绪多变，易走极端，不满现状。他内心混乱，常常有某些连自己也不清楚的要求，寻找连自己也说不清楚的东西。大部分时间，他认为自己形

单影只。他害怕，渴望找朋友诉说自己的苦恼。他的目标、想法、感情与童年时期大不相同，例如，他曾经喜欢集邮，这时这种爱好却突然变得没有意义，他对此毫无兴趣，甚至讨厌。曾经喜欢与朋友一起玩耍的男孩子、喜欢玩娃娃的女孩子突然对严肃的事情感兴趣了，喜欢动脑筋考虑问题了。

在这个时期，父母应该帮助孩子，闲暇时间最好呆在家里。放弃一些不重要的工作，多与孩子进行亲切交谈，讨论一下他们的内心感受，而不要对孩子不闻不问。父母应该成为孩子的亲密朋友，给予孩子忠告、指导他们，帮他们选择学习领域，或找有经验的人予以指点等等。在父母的帮助下，迅速成熟的孩子会克服疑虑、痛苦、孤独感等，选择正确的道路。不管青春期的孩子是多么有才华、多么有能力，都需要有经验的父母指点迷津。

2. 青春期的孩子求知欲很强。他们的智力，特别是记忆力增强了，想象力也随之增强了。这时期的孩子越来越多地表现自己，注意自己的仪表、穿着，注意不受到别人的批评。这种自我意识往往使自己过分自尊，例如，在讨论时不想遭到失败，所以往往固执己见。

青春期的孩子读某些小说时常常把自己看成是书中的主人公。他们在试着模仿主人公，时常会使自尊心受到很大伤害。他们展开想象的翅膀，使自己远远脱离实际。当孩子处在这个成长阶段时，父母要温和地对待孩子，避免使用粗鲁的语言，不要在别人面前贬低孩子。与孩子交谈时要讲道理，这样他们会理解父母谈话的道理，不会变得粗鲁、固执。温和有理的话才能让孩子接受。

父母再也不要像对待小孩子一样对待青春期的孩子，也不要像孩子一样与他们交谈。父母应该在所有事情上都与孩子商量，并且有礼貌地对待孩子。父母应该认识到孩子在这个时期所表现出的粗鲁行为是暂时的。当然父母在适当时候应该指出这种行为是不妥当的，应该努力克服。大人能尊重孩子，对孩子的做法表示谅解，也会维护自己的自尊心。

父母应该接受孩子的合理要求，并根据自己的财力为孩子买一些娱乐和教育的用品。这样孩子就会喜欢自己的家庭环境而不到街上去玩。父母应尽量满足孩子的好奇心。更重要的是要让孩子认识到父母的地位，使他们认识到尊重父母是良好行为的基础。如果孩子认识到这一点，就会发现一扇幸福的大门向他们打开了。对父母的爱会使孩子免于遭受不良行为的毒害。当然这一重要目标主要依赖于父母与孩子之间的关系。应该教育孩子，使其自然地运用礼貌、谦虚的态度对待父母。

八 磋商是青春期教育的法宝

……真正的磋商乃是在友爱精神与氛围中举行的灵性会议。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

笔者有一天与一个18岁的青年谈话，了解他生活得怎样。这青年毫不犹豫地发了一通牢骚，对父母的作法表示了极大不满。父母成了他痛苦的主要原因。通过进一步了解，得知他曾

犯过严重错误，他的想法与父母的大相径庭。我相信他的父母没有正确地对待孩子，才使孩子有目前这种心情。

孩子说了如下一些话：

“每当我在家里想说什么——谈我的看法或我的未来——父母马上打断我的话，然后他们背后作出决定，让我照做。有时我认为这些决定不合理，我不愿意听他们的。如果我装作听话，按他们的决定去做，我就用别的方式表示反对，并开始暗地里恨他们。”

这些话可以使我们意识到家庭中父母与孩子进行磋商的重要性。当孩子成长为青少年后，涉及到孩子的事都应该耐心地去与其商量，以便相互理解。通过与父母之间的交谈，孩子会认识到所讨论问题的各个方面。意识到各种问题，他们就没有理由抱怨，也不会与父母争吵，在以后的岁月里，也不会因过往的所作所为而流下悔恨的泪水。

每当青春期的孩子出现问题时，家里的大人应该马上与孩子一起磋商解决的办法，在讨论中让孩子发表自己的看法。如果孩子有些不正确的看法，父母应该通过讲道理使孩子放弃自己的错误想法。如果无法说服孩子，应该告诉孩子父母的决定自有道理，以后他们会明白的。

这种做法有以下好处：

1. 孩子早期养成讨论重要问题的习惯，能变得善于交往、善于思索问题。
2. 父母会常常考虑孩子的感情、需要，了解孩子的想法，通过交流思想发现问题。

3. 孩子不会认为父母不考虑他们的愿望和要求，在主观武断地发布命令。

4. 经过讨论，孩子会理解问题的复杂性，通过理解也会愿意按大人的话去做。

总之，磋商会产生好的效果，建议所有的家庭问题都这样予以解决。

第八章 以宗教精神培养孩子



由于每一个可嘉的行为都源自宗教之光，因此若缺少这至高无上的祝福，孩子将无法远恶而近善。

——巴哈欧拉，《巴哈伊教育箴言》

如果用巴哈伊教义培养孩子，那他们当中一定不会出现许多受福佑的灵魂。

——阿博都-巴哈，《西方之星》，第九卷

今天的父母和教育者对这个问题常不能给予应有的关注。然而经验毫无疑问地已经证明，人们抵挡诱惑之矢的最佳盾牌乃是对神的敬畏。因为人有两种本性：他的灵性或更高级的本性，以及他的物质的或较低级的本性。如果他的灵性得到训练或发展，他会到达人性的最高境界；如果他被剥夺神圣教育，他不会比动物好多少。“没有教育者，全人类必定一直处于未开化状态。”阿博都-巴哈写道，祂也解释过：“周密的调查显示：压迫和不义、不正直和不规范以及混乱的主因，乃是人们缺乏宗教信仰和教育。”

唯有宗教才有能力把人们从较低级的本性中解放出来，并建立一个坚固的堡垒对抗动物性的欲望；它有助于克服作恶倾向，使动物性的欲望服从于灵性，防止他作任何无益的事。

童年是培养人的灵性，养成真实崇拜和虔诚态度，播下信仰的种子，高举宗教——所有神圣属性和成就的真正源头——之地位的最合适时期。最能胜任此神圣责任者乃母亲。当然，

她自身应该是真神的崇拜者，圣言的虔诚信徒。她不应无视于后世的惩罚和报应，如经典里所预示的：她应持续地以信仰和笃信之光照亮她的心，并且应诚恳地承认和相信最荣耀之主，使得宗教之同样真精神，不受所有外在的陷阱和偏执所扰，可以灌输到她的宝贝孩子的心田里。通过故事和榜样，简单的言语，母亲应可以在孩子能理解事物的时候开始向他们讲解。

在适当的时候，母亲应该一点一滴地帮助孩子理解基本的宗教观念。有一位上帝，即这个世界的创造者，创造生命，供应我们每日食粮。经由祂的先知，指引我们行于正道。祂是全知者，全智者。祂不但知晓我们的言行，也知晓我们的内心秘密。无事可瞒过祂的耳目。祂在我们孤单与寂寞时陪伴我们，且时时刻刻与我们同在。我们所作所为，所萌发的每一念头都为上帝所知，我们应确知这点。我们也许可以彼此隐瞒事实，却逃不过上帝的眼，因为祂是无所不知的，祂是全能的……

然而，描述这些事实的方法应视需要、年龄、理解程度以及孩子的能力而定。例如，一个年幼的孩子可能一再重复提出一个他需要解释的问题。那么母亲就需要依上帝赋予的智慧举例子和比喻来解释这个问题，清楚地给孩子描绘。如果她自己没有能力做到，就应该参考有关的书籍，或求助于比较有经验和有学识之人。

简言之，这项功德可嘉的任务应以合适的方式进行，使得崇拜上帝和宗教的观念逐渐灌输给孩子。疏忽这件事情，对孩子的身心是致命的打击。结果，犯罪的骚乱暴风会把这些鲜嫩的幼苗连根拔起。

在很多情况下，一个从小没被教导过虔诚和宗教信条、没有敬神的概念、心未受信仰之光启蒙的人，不会回避可憎的行为，也不会躲避违反高尚道德准则的事情。对那些只关心物质安逸和官能快感，而对心灵之事缺乏关注，忽视惩罚和报应的个人而言，就好像是让一个完全无经验的新手骑上一头野马似的，预见这些人的命运并不困难。

任何重大的责任自然附带着不同程度的艰辛，人不能——道德上也没有权利——因怕自找麻烦而逃避他的责任。对孩子的正规教育当然是一项艰巨的任务，教育者必须在行动上、理性上忍受必要的艰难困苦。为人父母者必须为了孩子的未来幸福着想而自愿地承受这些辛苦。

一 敬畏上帝

我曾告诫我的钟爱者要敬畏上帝，此乃一切善行和美德之源泉。它是巴哈之城正义之师的统领。进入它光辉旗帜之庇荫下，并紧紧恪守它的人，必蒙福佑。

上帝的子民啊！教化世界者乃正义，因它借奖赏与惩罚这两大支柱而挺立。此两大支柱乃是世界生命之源。

——《巴哈欧拉书简集》

父母们都知道，所有天启之书都诉说着那创造万物的不可见者，不可近者以及不可知者的上帝。祂是至伟者，全能者，无所不在者，无能逃离祂的耳目者。所有天启宗教的追随者，

皆视这些信念为其灵性发展不可或缺的基础。延伸这个话题会让我们离题太远；不过这里提几段有关引言。

《古兰经》里说过：“肉眼看不到祂，祂能看到一切肉眼。祂是明察秋毫者，无所不知者。”（6:103）接着又言：“祂知晓眼睛里的叛逆，心里的秘密。”（40:20）

对神的敬畏来自这些信念。它构成宗教的主要支柱；凡视上帝是全能者的信徒，会肯定他的言行，善或恶，都为神所知悉，凡事应有报应。

对神的敬畏是教育的主要因素。无论是谁在心里牢记对神的敬畏——换言之，凡良心醒觉的人——会回避一切可鄙之事。为此之故，此事在所有经书里皆有强调；例如，旧约箴言里谓：“敬畏主，远离邪恶。”（3:7）“敬畏主延长你的寿命。”（10:27）“凡行于祂的正直道上者是敬畏神的；凡行为刚愎邪恶者是藐视祂的。”（14:2）“神的眼无所不在地看着恶与善。”（15:3）“谦卑、敬畏主乃是富裕、荣誉和生命所在。”（22:4）

此外，巴哈欧拉的《智慧之言》里也说：“敬畏上帝是智慧之本质。”

《古兰经》指出敬畏上帝是笃信之徒的首要特征之一：“确然凡颤抖敬畏主……凡争相作好事的人。”（23:59）“我们给了摩西和亚伦救赎和一颗发光体，及对畏神的念记；例如敬畏神的不可见，因审判之日的颤抖。”（21:50）“所以你不用怕人，而要畏我。”（5:48）并且进一步强调这个问题的重要性：“如果我们已自一座山上赐降这部《古兰经》，你们必然已看到山因敬畏神而谦卑地裂开。”（59:21）

由此简介我们可明显看出，如果教育者要孩子受上帝的宗教之灵性滋养，得以像成人一样规避可憎的行为，避免受禁之事，不屈服于低下的嗜好，而且不偏离属灵的告诫，他们乃必须提供敬畏上帝的灌输方法，以上天属性之光照耀孩子的心。

为达此目的，父母本身必须拥有这些特性。他们必须通过转向祂，吟诵祂的话语，在祂的门槛前乞求，在自己的心里不断加强对上帝的敬畏；他们不应接触受禁之物，也不应背离受诫之事。当孩子们看到父母洁身自爱，当他们受教于宗教的灵性之中，当他们在这个物质世界里出淤泥而不染时，他们的灵魂之镜乃得以保持不被不良行为的尘垢污染，他们的良心将为好行为之光所点亮。凡童年是和完善无失的人度过的孩子是快乐的；在这样的家庭里，上天的慈悲之天使会张开翅膀庇荫这些无辜的孩子。

父母也应试图将他们的孩子的注意力引到对自有自存的上帝之伟大、力量以及无所不知的认识上；他们应把握机会，培养他们爱儿的心和灵对此事的明识。每当忙完日常工作后，父母应把家变成一个上天知识的学校，根据孩子的程度和理解力，用故事、谚语和例子的形式解释属灵的事。此外，父母本身应该努力丰富自己的知识，以便把这些宝贵的知识精华传授给子女。他们应想方设法确保孩子能理解以下要点：

天地的创造者对祂匮乏的仆人是仁爱的。经由祂的先知，祂已确然指明正误的道路，区分了善与恶。祂诫命人们为善，禁止他们接近恶行。时时看着我们的一言一行；无能逃离祂的耳目。我们的任务乃是避开任何祂所禁止之事，将我们的脸转

向祂所谕命者，我们乃能讨祂喜悦，因为无敌的神若对我们不悦，我们将永远和真快乐无缘。

二 不要诽谤

……诽谤会扑灭心灵的光辉，扼杀灵魂的生命。

——《巴哈欧拉圣作选粹》

诽谤乃是对不在场的当事人的恶意评论。换句话说，就是在背后说人坏话。诽谤是一种社交疾病，像瘟疫般蔓延，它败坏诽谤者的心灵，熄灭他们心中的爱火，蒙蔽他们的智能和损害他们的灵魂。

经验表明：人们的低级本性倾向于这种习性；当人们被世俗的欲望，或被“自我之火”征服时，他们便责备别人，诋毁他们，散播恶意言论，还有诽谤——如此作为以求得到某种满足。

在每个时代，因着每一个新的天恩，上帝的显示者明确地教谕每一个人规避这种行为。文明的最佳利益之祝愿者和推广者，也是这般呼吁道德的高标准，学者和辅导者也训诫人们不要找别人的错和说人坏话。这种警告通常以劝诫或忠告的形式出现；有些时候表现在寓言中。《古兰经》里说，“不要彼此诽谤；你们有哪一个人喜欢吃他的弟兄的尸肉的？”（42:12）这里把诽谤比喻为吃人肉。上帝自身告诫祂的子民不得有这种

难以言喻的丑恶行径。《旧约》和《新约》中也对这种可憎的行为有所痛斥。在《利未记》（19:16）和《箴言》（11:19）中，诽谤者和中伤者遭受严厉责备。《马太福音》（7:4）记载基督说：“否则你们如何对兄弟说，让我吹出你眼中的灰尘；而看啊，你自己的眼里有根梁木呢。”

但尽管诽谤、吹毛求疵以及中伤为所有道德呼吁者所谴责，遭所有经书禁止，这些习惯仍遗憾地在社会上广为流行，并一代代传下来。必须找出并坚持服用令这个世界免受这个行为摧毁的疗方；这样，疾病才能不由父母传给子女，孩子也能自小免疫。

最佳疗方乃是父母本身决定服从上帝的诫命，完全避免诽谤。为了保护爱儿，他们必须避免与造谣者和闲言者为伍，在孩子面前特别小心不要说别人坏话。即使父母自己失控，至少不要在孩子周围渲泄出来，因为父母的言行显然会对孩子的行为造成深刻影响，母亲是孩子的道德和行为的首要塑造者。水灾若阻绝于源头，习性不传下一代，坚强的藩篱乃得以筑起来完全阻挡它。

父母不应视此工作不可能或困难。决心可以攻克最根深蒂固的习性。人们应推动一次大运动来根除这个误导人的习性，因为诽谤在社会愈流行，愈会引发不必要的遗憾和精神苦闷。动机纯洁的人，如今须准备在这方面起带头作用，此种行动多多益善。

总之，孩子在家里永不应该听到或看到任何诽谤或吹毛求疵的迹象。既然规避所有形式的诽谤符合神意，那么凡努力在其心镜上除去此污垢的人无疑会得到神助。

三 不做伪君子

宁让地狱之火烧，也不当伪君子。

——巴哈欧拉，未翻译成英文的书简

虚伪与表里不一受上帝的先知全然谴责的，也是许多道德倡导者所指责的习性。他们无不在表达对这些可鄙习性之厌恶，并指出将它自我们中间清除后的好处。如果将有关这个问题的所有经典收集起来，加上有识者之见解，可以出一本大书了。然而跟我们的利益有关的是，从教育的角度来说，使父母可以对这些丑陋习性有新的认识，便能尽可能地保护他们的孩子不受其坏影响之害。

虚伪和表里不一具有双面性，即允许心中所想和舌头所言存在差异，是一种高度传染性的精神疾病，遗憾的是它代代相传，几乎在人人身上留有痕迹。这种致命的疾病愈传播，对社会的基础之祸害愈深，对人际关系的抹黑情况愈烈。试看下例：

父母坐在家里谈话，儿女坐在他们身旁并听到父亲正数落一个邻居的种种不是。“全世界再没比这邻居更坏的人了，”他说，“既吝啬又残酷。他老婆和孩子一直活受罪，他剥夺他们的吃穿，他贪婪地整天想多弄几个银子好在屋角垒一堆没用的石头……”

谈话被敲门声打断，这个正在倾听的孩子跳起来看是谁。碰巧串门的正是那个邻居，孩子正假想父亲会很生气地对待这

个不速之客，或来者是客只好请他进来再冷待他。但当孩子看到父母用甜言蜜语和他交谈时，孩子的惊讶是难以形容的。更骇然的是孩子看到父亲笑容可掬，彬彬有礼地说，“欢迎大驾光临！我们刚刚还在说你是天底下一等好人呢。你为人慷慨，孩子老婆都被你照顾得舒舒服服的，家里像天堂似的，你本人心地好，提供最好的衣食给家人，你的一切辛劳和财富都庇荫家人……”

对此瞠目而视的孩子，鬼祟地瞥了父母亲和被恭维的邻居一眼，仍感迷惑。客人走了，一切又恢复原状，父亲甚至更生气地说，“你看那条草蛇怎样吃掉我们的时间？他真可恶。我但愿不再看到他那张脸；我得搬得远远地……”

虚伪和表里不一的种子就是这样埋在孩子的心里；求学阶段，随后到社会上，这种子开始发芽，直到两面性成为多数人的第二天性，忘却真诚和信赖——真文明之两根最强支柱。

父母应崩紧每一根神经，确保孩子的心灵不受这致命恶习的毒害。教育的金科玉律也适用这里：上策乃是父母自身在家庭里没有这种行为。拒绝这种毒素入侵家中，家庭应只是教育和完美属性的培养场所。孩子必须随时被引向诚恳和真实之途。因为社会上的虚伪、欺诈、蒙骗愈多，人的美德和完善情况愈减，人类的幸福和繁荣标准也就肯定滑坡。

毅力是万事进展的先决条件，特别是在构成社会的灵性革新之轴心这么重要的事情上。在这些情况中，极大的耐心、自制力以及坚忍是必要的。因此，教育者不应该因厌倦而达不到目标。这件事在社会恰当运作上是不可或缺的，也不能被视为理所当然，因为其最终成就需要我们认真和不懈的奋斗。

四 尊敬父母

子女对父母也有一定的神圣义务，这些义务
写在上帝之书里，是属于上帝的。

——《阿博都-巴哈书简集》

对父母恭敬和体贴之重要性是人人明白的。所有的天启之书中皆一再强调这点；每一灵性教师皆一再要人类注意这一点。在《旧约》中，有关这个问题的忠告之一是《出埃及记》里的：“荣耀你的父母：你在上帝所赐的地上之日子或可长久。”（20:12）又一处，“攻击父母者肯定要受死。”（21:15）又：“诅咒父母者肯定要受死。”（21:17）

我们在《箴言》里发现，“我的儿子啊，听从你父亲的教诲吧，勿弃绝你母亲的法规：因为它们是你的恩典头饰，颈项之链。”（1:8）同一书中又说：“我的儿子啊，遵随你父亲的诫律吧，勿弃绝你母亲的律法：时时牢记在心中，系在你的颈项上。你行路时，它会指引你；你睡觉时，它会守护你；你醒着时，它会与你交谈，因为诫律是灯；律法是光。”（6:20）

《古兰经》第一章，上帝开宗明义说，“……除了上帝，勿服侍任何人，但要善待父母……”（2:77）第四章说，“服侍上帝，除祂之外，勿结交任何人。仁慈待父母……”（4:40）在《夜之旅》中记载：“你的上帝敕令你，除祂之外勿侍奉任何人，要善待父母，无论他们之一或二者随你到老，勿对他们说‘呸’，勿斥骂他们，而用尊敬的话语跟他们交谈，怜悯谦

恭地说，‘我的主啊，施恩予他们，因他们把我自幼抚养长大。’”（17:24）

努力为父母争光，尊敬父母，是所有宗教和民法一致推崇的。它具有深远的道德和人道意义。如果对父母的尊敬、地位和尊严有所保存，作为社会基础的家庭即可稳如泰山。

粉碎或摧毁一个社会，歼灭一个国家，灭绝一个民族的加速办法，乃松懈其家庭的凝聚力；而毁灭一个家的最佳方法乃对其父母不敬，挫伤其尊严，践踏他们的崇高地位。凡令孩子与其父母作对，并对他们产生背叛之心者，或通过言行滋生家中的不服从和歧异态度者，其行为无疑带有不健康和可悲的目的。

反之，凡协助孩子了解对父母服从和虔敬的必要性者，乃鼓励他对父母亲表示更深和由衷的感情；而感情乃家庭幸福之基础，其目标的基础可在经典里找到。教孩子尊敬父母的方法如下：

1. 从孩子开始说话懂事起，父母应对他们待以最高的礼仪，小心勿对他们使用严厉和不干净的字眼。一刻都不要认为孩子不懂分辨善恶，或不在乎父母亲的人格；反之，孩子的心灵比大人还敏感和细腻。他们会为最细小的事神伤。和孩子每天的谈话中，父母都应谨慎考虑孩子的尊严，三思而后言，以免伤了孩子。如果孩子受到伤害，他们的反应是，从此对父母心存怀疑，他们和父母间的正常感情会被抹煞。反之，体贴、尊重孩子的父母和教育者，会受到孩子们的欢迎，因为明智的教育方法，教会孩子爱别人，尊重他人的人格，也可以增进教育者与孩子的友谊。

许多家庭未曾遵守这些原则而完全丧失这种团结，许多儿童也因受言语攻击和被粗鲁对待，而对父母不敬或叛逆。俗话说：“长辈尊重晚辈，实际上是保证自己受人尊重。”父母因此应该时时体贴地对待孩子，视其为智慧和敏感的人。即使在生气和紧张的情况下，也要努力克制自己，有礼貌地表现，勿使用刺耳的话语。打孩子更应杜绝。粗鲁地对待孩子——哪怕只是个念头——都不应有，因为它会腐蚀孩子的自尊心，导致他们粗鲁对待其他家人，最后抹去其心田上一切爱和感情的痕迹。父母尊重下一代，下一代也尊敬他们；反之，下一代亦失去对父母的尊敬。

2. 父母在家中的绝对权威不可被滥用，发号施令必须伴以细心和谨慎。如果孩子深信无法完成某项任务，父母不应坚持到底。如果指示不合理或不实际，以致孩子不可能完成，父母的威信在孩子眼里必然打折扣。父母若以严厉和愤怒将苛求坚持到底，结果必然在孩子身上产生叛逆心理。任何超出孩子能力范围之事，根本不要提出来。

3. 孩子从小就应学习服从精神。有关的经典、谚语和学者之言皆应对孩子讲解。解释本身要简单得体，有时用忠告方式，有时用例子和故事或引用古今学者之言。让孩子知道对父母的丝毫不服从都是严重的不端行为，孩子的心里都不应闪过一丝不服从的念头。孩子一有对父母不敬的行为，都应立即被指出：那是不恰当的、那样做不是一个有礼貌的孩子；那会使父母伤心或不悦；对孩子在今生或后世都有不利影响。其目的是在孩子犯错或说错话时告诫他们。

4. 应防止孩子与那些对其父母不敬或妄评父母或大声向别人抱怨其父母的孩子来往。但这要以智慧行事。再没有人比损友对孩子更致命的了。“损友之害毒过遭蛇咬。”

5. 母亲不应在孩子面前说任何有损孩子对父亲的敬意的话；父亲也不应在孩子面前数落母亲的任何不是。这两根家庭支柱应该避免任何不和之处。这样，幸福之凤凰才能翱翔于他们的爱巢上方。无与伦比之神才能令不幸与痛苦阻隔于家门外。只要孩子的祸福握在我们手中一天，我们怎能不行于先知所指示之道呢？我们又怎能因疏忽而破坏孩子未来的幸福呢？

第九章 培养孩子的智力



阿博都-巴哈怀着一片爱心，渴望见到所有的巴哈伊年轻人都能以其知识成就闻名于全世界。

你要尽可能努力精通……因为按照神性教义，获取科学知识和完善人文素养都被视为崇拜行为。

——《阿博都-巴哈文选》

人具有感知能力和心智能力。五种感知能力用来感知物体，而心智能力则感知真理和真性。两种力量授予人类人性的外衣，使人类准备好到达一个物质和灵性文明的最高等级。

心智能力，或内在的能力可分为五种：

1. 普通能力——五种感知能力和内在官能的媒介，它将感知能力识别出的感觉传达给内在官能。
2. 想象力——构思和形成事物图像的能力。
3. 思考力——反映事物的真性的能力。
4. 理解力——理解事物的真性的能力。
5. 记忆力——保留人类所想象、思考与理解的能力。

智能的发展在心理学中是一个复杂、深奥的题目。心理学家们已经写了数以百计定义和解释这一问题的书和文章，但这些书与文章对于在这一领域未受过训练的人来说，理解起来比较困难。不过，哪怕是粗略地了解这个重要的问题对家长们来说也是不可缺少的。本书的作者，将根据其在这方面的理解和知识，简短地介绍一下概要。希望读者能够深入思考其意义，而不仅仅是读读而已。

一 锻炼敏锐的感知、认知能力

鼎助上帝信仰的不可撼动之若干柱石已然奠定。其中至为牢固者乃是学习、运用心智、扩展悟识、洞悉宇宙之实在及全能上帝藏匿之奥秘。

——《阿博都-巴哈文选》

专家认为人的理解、想象、思维、想法都来源于感知。

人的“感知”与“感觉”有一个基本区别。当一个人感觉到某种东西，这东西就会直接引起神经系统的反应，例如冷、热、渴等的感觉。

人的感知主要在于区别事情。当某人说我熟悉那本书，意思是说他能把那本书与其他书区别开来。

人的智力活动不仅表现在具体事物上，还表现在辨别抽象事物的能力上，例如对两个观点的区别。

另外，人的智力还能把东西进行分类。例如，当人在考虑“这是什么东西？”时，马上就能认识到这东西与另外一些东西的相似之处，并作出判断，这东西是什么。

感知与认知能力一方面使人认识到各种东西之间的关系，把它们联系起来。另一方面又能使人认识到某种东西的特点。

一个受过教育和训练、智力发达的人能够发现某种现象和某个学科的秘密，可以感知一般人所难以发现的秘密。

二 记忆力的种类、特征和作用

一切秉赋皆源自上天，但没有一样比得上运用智力观察和探索的能力，它是结出无尽快乐果实的永恒礼物……简言之，科学力量是一种永久的福佑和神圣的馈赠，是上帝赐予人类的至大礼物。因此，你应该尽最大努力去获取科学和艺术的知识。你的学识越多，你的神圣目标的程度就越高。

——阿博都-巴哈，《弘扬世界和平》

科学的发展在很大程度上依赖于人的记忆力和记忆力对智力其他方面的影响。如果人没有记忆能力，外部世界的印象、感知和影响都会马上消失，人的智力也不会产生任何作用。

例如，如果我们遇到某个人，若记不住这个人的模样，那么这个人一离开，我们与这个人的联系就没有了。如果我们没有记忆力，过去我们的所见所闻就毫无意义，我们的感知也只能局限于现在。

没有记忆力，感知的东西不会留下任何印象，人将无法发现事物之间的联系，也无法揭示自然的奥秘。所以心理学家认为人的记忆力是很重要的，并列出加强记忆力的方法。

三 记忆力是怎样起作用的

人的记忆可以记住经历的事情，并根据需要回忆、区别所记忆的事情。

记忆的内容分为两个方面：一方面是自己的历史，使他了解自己的过去和现在；另一方面是自己与别人和世界的联系，使他了解自己的特点，认识周围的人和事件。因此记忆是把人与外部世界联系起来的方式，也是把过去、现在和未来联系起来的纽带。

记忆一般有四种作用：

1. 记忆力
2. 回忆
3. 区别记忆中的东西
4. 记住记忆中事件的时间

下面简单解释一下记忆的这四种作用。

1. 记忆力

记忆力可以比作照相机，能够记录无限的形象；也可以比作录音放机，能够把录下的东西再放出来。

专家们认为形成印象、保留印象需要特定的条件。条件之一就是有关人的身体状况。要有正常的记忆必须有健康的身体、健全的神经系统。如果要锻炼记忆，首先要保住健康的身体，还需要戒酒、戒烟，避免呼吸污染的空气，避免长时间不睡觉、纵欲或吃得过饱。

为了保证记忆牢固，还需要一定的心理条件。

第一，深刻的印象。记忆时的印象越深，记忆保持的时间越长。几乎所有人都经历过一些印象深刻而久久不能忘记的事情。如果把记忆比作相机，那么足够的光线才能在胶卷上留下清晰的图像。事件产生的影响越强烈、记忆的印象越深，保留的时间就越长。

第二，兴奋的程度。兴奋的程度与印象的深刻在记忆中起同等重要的作用。事情发生所引起的兴奋程度越强烈，在记忆中的印象就越深，保留时间就越长。引起快乐或痛苦的事件会比没有引起这些感情的事件在记忆中保留的时间更长。如果把记忆比作大海，风越大，浪就越高。

第三，精力集中的程度。精力集中对记忆的影响很大。一个人对某事越注意，越能长时间记住这件事。有的人记得很快，忘得也快；有的人则花气力去记某事，但记得也牢。当然在沙滩上划出痕迹比在大理石上容易，但是刻在大理石上的东西可以保留很长时间，而划在沙滩上的痕迹很快就会被风浪抹掉。

精力集中时记的东西，不易忘记。意思模糊的东西记得困难，忘得快；理解的东西、意思清楚的东西记得容易，忘得慢。

第四，训练与秩序。如果训练与秩序和记忆过程的关系被肯定的话，记忆力会更彰显，我们的思路会更清晰明白，会更好地建立健全的精神关系。因此，诗比散文容易记忆，如果散文有理有序，它又比松散零乱的作文好记。

第五，重复对记忆来说比什么都重要。如果不重复所记忆的东西，大多数人都会忘掉所学的东西。我们都有这样的经验，尽管我们对所学的东西并不感兴趣，但是只要反复记忆，

就会记住。所以很多专家认为记忆过程与重复是不可分割的。

2. 回忆

回忆可以是有意或无意进行的。记忆中的东西有时会自动地冒出来。例如，当一个人忙于某件事时，他会突然从嘴里哼出曾听到过的音乐。也许他并不想这样做，但是这音乐老是在心里转并打断他的思维。

印象深的想法往往回忆清晰，并常常与现在的印象和想法相冲突，有时甚至占据人的思绪，使人无法考虑当前的印象和感觉。

3. 辨认功能

辨认是记忆的另一种重要功能。例如，当一个人遇到一个熟悉的人或听见一支熟悉的歌，应该能清楚地认识到他以前看见过那个人或听过那支歌。他所见到的和所听到的与自己记忆中的完全一样，毫无疑问以前的印象被回忆起来了。

4. 时间因素

回忆的最后一个步骤就是指出记忆中发生的事的确切时间。

例如，我回忆起曾在某城市旅游过，而且我肯定这事曾发生过。但是随着时间的推移，对这次旅游的记忆模糊了，记不清楚是什么时间去的。为了回忆起这个时间，我就把与这次旅游有关的事都依次进行回忆。这时我想起来，在这次旅游时，我走进了一间客房，房间里有一个漂亮的炉子，炉子里面的火在燃烧。我叫服务员拿来一些木头，因为我喜欢暖和。想起这件事后，我马上想起来，这次旅游是在冬天。这时，回忆的最后一个步骤——时间因素解决了，我停止思索。

当记忆中的时间因素确定下来时，记忆的最后环节完成了，这样的记忆也就牢固了。

四 防止记忆疾病

记忆由各种功能构成，每种功能都有自己的特点。

这些功能有时会患病。记忆疾病可大体分为两类：丧失记忆和记忆过分。

记忆的常见病是健忘。这种病对记忆影响很大，甚至会使人完全丧失对过去的记忆。

1. 健忘表现为以下不同方式：

第一，记忆丧失。这种状况会待续几分钟，或持续几年。在这个阶段中，患者一点也记不起过去发生的事。摔伤、头部受到打击或伤寒等引起的高烧都会使人把终生学得的东西全部忘却。有的人也会犯周期性健忘，这种病叫作暂时健忘症。

第二，逐渐失去记忆。患这种病的人会首先忘却最近学到的东西，然后逐渐忘却过去的事，直到最后把所有幼年时期的知识全忘掉。

第三，丧失部分记忆。在这种情况下，病人记不起某些事情，但可以记起另一些东西。例如，他可能完全忘却数学和音乐知识，但其他知识却没有忘记。这种类型的健忘症表现为各种形式，有的患者会忘记自己的名字，有的忘却了怎样运用语言中的动词和连词等等。

2. 记忆病中还有记忆过分清楚的病症。这种病比较严重

时，所有记忆中的事会快速涌现出来。起死回生的人往往有这种经历。当他们恢复正常时，会描述他们如何看到了自己过去的的生活。

轻度记忆过分清楚的患者会无意地想起完全忘却的事。有人发烧时，会记起一些事，并说出一些事，这些事在正常情况下他和别人是不会相信的。

五 不同种类的记忆

心理学家认为记忆分不同种类，并非每个人都有同样类型的记忆。造成这种不同的原因有遗传、敏感度、感官和习惯等。这些因素使每个人的记忆力与别人的不同。

人的记忆可分为视觉记忆、听觉记忆和行为记忆。

人们在这些记忆形式方面表现出差异。例如，在视觉记忆方面，艺术家、雕塑家、工程师有记忆颜色、形状、形式和空间关系的天赋。在听觉方面，音乐家比大多数人有更好的训练，所以能记忆长的音符。在行为记忆方面盲人比一般人更能通过触摸区别东西。

但我们必须认识到这些记忆形式并不是孤立的，而是相互影响的。某些记忆形式在某些人身上表现得比较突出。每个人的记忆特点表现为不同的记忆形式。

六 什么是好的记忆力

人的记忆力并不相同，有好有坏。好的记忆力有以下特征：

1. 很善于理解并很快记忆所看的材料。有的人可以过目不忘。

2. 记忆牢固，也就是说记忆的东西很扎实，而且在需要时马上就可以回忆起所记的东西，并能很快回答问题。

也就是说，好的记忆力有这样的特点：学得快，记得牢，并能随时提取所记忆的东西。

七 努力培养良好的记忆力

人的记忆能否进行训练和加强，心理学家对这个问题进行过很多年的讨论。最后他们一致认为，人的记忆力是天生的，但是根据心理卫生的原则进行培养会使记忆力得到训练和加强。因此任何人都不应认为自己的记忆力没有办法增强，而不加以训练。任何人都应该根据一些原则对自己的记忆力进行训练。

增强记忆力可遵循以下原则：

1. 因为身体健康对人的记忆有很重要的作用，所以身体有病应该马上治疗。下面的条件有利于记忆：清新的空气、健康的身体；注意饮食、休息、睡眠和锻炼，不吸烟，不饮酒。

2. 学习的地方要保持安静、光线充足，以使精力集中，增加理解力和记忆力。

3. 学习时注意精力集中。

4. 读完一个章节后，写一个概要，帮助理解和记忆。
5. 学习时确定目标，以便有目的地学习。例如，学习的目的是对某材料有个大体了解，就没有必要过多注意单个词语。
6. 稍感觉到累，马上停止学习。
7. 如果要记住的东西太长，可以分几天时间记忆，以免一次记很多，压力过大。
8. 要记忆某文章时，可分段落记忆，重复背几次，不要把一个段落分开背。
9. 仔细判断一下，自己擅长哪种形式的记忆。当记忆某种东西时，可发挥你所擅长的记忆方式。例如，如果你善于用眼睛看东西，那就通过阅读来记忆；如果你的听力记忆好，就用听力来记东西；如果你善于通过活动来记忆，那就用手写的办法来记某个段落。
10. 第一次读要背诵的文章时，一定要仔细。否则第一次记错了，改正就特别困难。
11. 要记忆不同段落之间在意义上的联系，以便记得更牢固。
12. 记忆的主要方法是重复。重复的次数越多，记得越牢。当然在记忆时要理解，要集中精力。

如果遵循以上原则进行记忆，就会增强记忆力。当然前面所说的心理条件也是不容忽视的。

八 传授科普知识

你们要使其获得一切有用知识的优势。

——《阿博都-巴哈文选》

虽然，获得科学与艺术知识是人类的最大荣耀，但其唯一条件是：人类之河流向大海，需要从上帝亘古之源汲取灵感。

——阿博都-巴哈，《巴哈伊教育箴言》

心理学家认为父母不了解科学常识就无法圆满回答孩子的问题。下面列举的题目内容，父母可到图书馆进一步了解，以便回答孩子的问题、增长孩子的知识，提高他们的学习兴趣。下面是一些常识，供父母回答孩子问题时参考。

地球

1. 地球像一个西瓜。四分之三由水覆盖着，四分之一是陆地。
2. 地球既围着地轴自转，同时又围着太阳公转。
3. 地球绕地轴一圈是24小时，并使我们有白天和黑夜。地球绕太阳一周是365天6小时9分9秒，地球因公转而产生四季。
4. 地球本身吸引物体，如同磁石吸铁一样，这样我们才能在地球上呆住。
5. 如同船上的游客感觉不到船在运动一样，即使地球转得很快，我们也感觉不到地球在运行。

6. 所有的液体在不碰到障碍时都是圆形的。雨点和冰雹在朝地面降落时都是圆形的。我们的地球在从液体到固体的冷却过程中自然变成了圆形。

7. 有很多证据可以说明地球是圆的。

- 当船朝岸边驶来时，我们在海边先看到船上半部分，然后才能渐渐看到船身。
- 同样当船离岸时，在岸边会看到船的主体消失，最后桅杆才消失。如果地球是平的，我们用高倍望远镜仍然会看到船，不管它走多么远。对肉眼来说，船的主体比桅杆大得多，自然应该更容易看见，桅杆应该比船体消失得更快。
- 当船靠岸时，船上的旅客先看到岸上的高建筑物的顶部，然后才看到矮房子。
- 当太阳刚落山时，有人乘气球上天后还能再看见太阳。
- 当地球行至月球和太阳之间而引起月食时，出现在月亮上的阴影是圆的。

8. 地球比太阳小130万倍，比月球大50倍。

9. 如果一个人24小时行走105公里，并以同样速度朝一个方向旅行，365天后就会绕地球一圈，回到出发的地点。

天体

天体可分为三类：恒星、行星、彗星。

1. 恒星自身发光，不吸收其他光线。我们在晴天的夜晚不

用望远镜，可看到约6000颗星星。用望远镜可以看到上百万颗星星。

2. 行星本身不发光，但吸收太阳的光线。行星反射阳光，在夜晚可以看得见。行星绕自己的轴自转，同时也绕太阳公转。

太阳系的行星有水星、火星、金星、地球、木星、土星、天王星、海王星、冥王星。另外天文学家还发现了成百个小行星。这些行星大多数有一个或更多的卫星。

3. 彗星像行星一样自己不发光，只接收太阳的光。彗星有一个发亮的头和一个发微光的尾巴。

日落和日出

1. 太阳是一个发光发热的球体。太阳好像是早晨从东方升起、傍晚在西方落下，这只是地球自转造成的错觉，就好像船离岸时，在旅客看来，是码头离开他们。实际上太阳既不上升也不落山，而是地球每24小时绕地轴从西方向东方自转一周，所以好像是太阳从东方升起，在西方落下。

2. 太阳绕自己的轴每25天半转一圈。地球朝向太阳的一面是白昼；另一面则是黑夜。

3. 地球与太阳之间相隔1.5亿千米，阳光到达地球需要8分钟。

月亮

1. 月亮也是星体，是地球的卫星。它吸收太阳光，虽然月亮比行星小得多，但因离地球近，所以看起来很大。

2. 月亮表面没有空气和水，也没有生物。它崎岖不平，有很多陨石坑。

3. 月亮绕地球一周是27天7小时43分。它与地球一起，一年绕太阳转一圈。

4. 因为月亮围绕着地球转，且它自身也自转，所以我们观察到不同的“月相”。一些历法记载的“太阴月”就是这样测算的。有时月亮完全不见踪影，因为它暗的一面朝向我们。之后出现弦月，上弦月、满月、下弦月、最后只有一丝可见，然后就完全消失了。月亮接受光照的那一面背对我们时，我们就看不见月亮。月亮受光照的面，仅有一狭长部分朝向我们时，我们见到的就是“弦月”。而当月亮受光照的面全部朝向我们时，这个月相就是“满月”。

为了培养孩子的智力，教育者要注意以下几点：

1. 教育并不在于尽可能多地向孩子灌输知识。一个好的老师应该帮助孩子尽可能理解基本知识；了解孩子的知识范围，并根据心理学原则，扩大孩子的知识范围。

2. 任何想在短时间内让孩子记忆很多东西的做法都是不恰当的，对孩子的前途也是不利的。

3. 知识储备与知识的品质和获取方法不可等量齐观。在孩子学习知识的过程中应该培养他们善于思考的习惯、勤奋的学习精神和求知的欲望。

4. 一个称职的老师不仅应该培养孩子的学习兴趣，而且应该培养孩子良好的道德品质。这样孩子才能不断发展和进步。

5. 真正的教育在于给孩子打下坚实的基础而不是把他们弄得精疲力尽。

父母一定不要认为孩子在学校越劳累，学的东西就越多，学习就越好。人的智力在每个发展阶段都有不同的特点。如果人的大脑过于劳累会产生有害的后果，所以父母应多注意孩子的学习质量而不要要求孩子过多地学一些东西。

第十章 孩子的道德教育



在将来的时代，道德将极端堕落。必须用巴哈伊的方式把孩子们抚育成人，这样他们就可以在今生后世都获得幸福。否则，他们必将遭受各种不幸与烦恼的困扰，因为人类的幸福立足于灵性行为。

——《阿博都-巴哈文选》

有些人看到今天人类的苦境，就以为道德沦丧至谷底的日子已来临。在这个腐败蔓延，普遍缺乏信心的背景下，孩子仍应接受高标准的道德教育。守基·埃芬迪写道：“这些巴哈伊孩子对未来的重要性如此之大。他们要跨越不同的时代，要面对前人所未见的问题，圣道本身已足够武装他们完全满足未来的、厌战的、幻灭的、不快乐的人类的需要。他们的任务如此艰巨、责任如此重大，因此对他们的教养付出再多的关照也不为过了。”

一 教孩子学会服从

我们必须普行法治，而不是人治；唯其如此，世界才能变得美好，天下一家才能真正实现。

——阿博都-巴哈，《巴黎谈话》

孩子应该学会服从的习惯。遵纪守法是一个国家安定繁荣的基础。每个公民都应该把法律视为行为的准则。例如，有的国家禁止在公共场所吸烟；驾驶员不得超速驾驶；不得污染河流；不准向路上扔垃圾等等。如果一个国家的公民遵守这些法规，履行自己的职责，就会过上平静而幸福的生活。

如果一些人为了自己的利益而无视法律，或者把违法看作是勇敢的表现，那么就会给这个国家带来混乱，给大多数人造成麻烦，甚至导致国家危机。

为了使孩子养成遵纪守法的习惯，父母应按以下方法去做。这些方法也可用来教育孩子尊敬父母。

1. 父母应从孩子早期就教他听大人的话、尊重父母。
2. 当父母要让孩子做事时，首先考虑一下孩子是否能胜任，避免让孩子做力不从心的事，引起孩子反抗。
3. 在学校，老师应该教育孩子听父母的话、尊重老师，并用例子说明听父母话的好处，不听父母话的坏处。告诉孩子如果不听父母的话，随心所欲，家庭就无法正常运作，正如一个城市的居民不遵守法律，不考虑公众利益，这个城市就不会和平安宁。孩子意识到服从父母的必要性，就不会变得很倔犟。
4. 社会也应通过宣传媒介宣传这种服从的精神。如果社会每个成员都学会遵纪守法，整个社会就能变得和谐，犯罪就会得以控制。

从宗教的角度看，这个主题的重要性同样清楚，因为信仰的意义之一是“暗示性的服从”。当人们通过探索、推理和论证，认识到并承认了他们对上帝的先知的信仰，视祂的教义

和律法为指引人类的唯一可靠来源时，他们必定会服从祂的告诫，且不允许自己有丝毫偏离祂的诫命。

我们可以确认，在这些事务中的服从，构成了人类幸福的希望。

教育者、父母和所有致力于人类进步事业的人们都应该注意培养这种遵纪守法的意识。

二 培养纪律和条理意识

而身体、道德或是智力上的某种纪律的确必不可少。任何训练若缺少此项，都不能称得上完整而富有成效。

——守基·埃芬迪授写的某信函，
《巴哈伊教育箴言》

一个洁净、讨人喜欢、品格良好、行为端正的孩子，即使他愚昧无知，也胜于一个粗鲁、肮脏、品性不良却精通各门科学艺术的孩子。

——《阿博都-巴哈文选》

无论做什么事都要有纪律、有次序，这对孩子的培养至关重要。在家庭中，一切都应该井然有序，孩子的活动也应该有条不紊。能干的母亲应该巧妙改掉孩子不守规矩的习惯，使孩子从小就习惯于有秩序的生活，以便将来更好地适应社会。

如果孩子在家中生活没有规矩，睡眠、玩耍、学习、休息的时间没有规律，整个生活没有计划，东西乱放，每天浪费很多时间找东西，那么孩子长大后怎么能守时、守规矩呢？

人很容易发生变化，培养训练对人的影响很大。培养训练可以改变人的习惯、知识、性格甚至愿望和爱好，所以父母、教育者应该努力培养孩子好的性格和习惯。为了培养孩子的好习惯，应注意以下几点：

1. 孩子每天的睡眠、玩耍、吃饭等时间应该固定，不要轻易改变作息時間。假如要求孩子六点起床，每天早晨必须六点将他叫醒。如果一开始孩子不习惯，强烈反对，母亲应耐心哄一哄，不久孩子就会按时起床了。

同样，晚上母亲也应该让孩子及时睡觉以便睡眠和起床能按时。在睡觉前，注意要求孩子保持平静，不要讲些可怕的故事，不要让孩子看使人兴奋的小说，不要学习得太累、使大脑充血，以便使孩子能很好地休息。

2. 孩子的书、笔记本、毛巾、牙刷、衣服等，应该放在固定的地方。别人不要动孩子的东西，让孩子负责自己的东西，以便培养孩子的责任心和良好的习惯。一般家庭都能做到这一点。即使一间简陋的小屋，也可以给孩子一个角落放他自己的东西。

3. 父母自己应该生活得有规律，且不轻易打破生活规律，以便给孩子树立好的榜样。家里的东西都应该放在固定的地方，不要乱放。

父母对家庭装饰也不要随随便便，不要把一些可笑的画挂在墙上。孩子在一个井然有序的好环境中会培养高雅的情趣。

4. 父母应该以极大的耐心、决心和恒心在家中培养孩子守纪律、有条理的好习惯。不应该忽视孩子任何不守秩序的行为，要随时温和地提醒孩子什么是正确的做法。例如，孩子放学回家把书包随便扔在角落里，帽子扔在另一个地方，完全忽视该怎样保持整洁和条理性。这时母亲应马上告诉孩子这样做是不礼貌和不妥当的，并要求他把书包和帽子放到合适的地方去。在这些事上，父母不要轻易让步，也不要使用生气和粗鲁的语气来和孩子说话。经验表明，只要父母按以上建议去做，最终会使孩子养成有条不紊的好习惯。

三 做家务是很好的锻炼

培养他们的工作与奋斗精神，使他们习惯于忍受艰辛。

——《阿博都-巴哈文选》

……出于至善动机和服务他人的意愿而尽心尽力做出的所有努力和作为都是崇拜。

——阿博都-巴哈，《巴黎谈话》

我们都知道，衡量一个人的价值主要是看这个人的工作。当人成熟后，必须承担社会责任，成为社会上有用的人，而不能无所事事；即使很富有也不能虚度一生，而应该为人类创造财富。

孩子必须从小就为这一重要使命打下基础。否则，长大后

很难干成什么事。学校与家长应联合完成这项重要的工作。可惜的是人们在这方面不太重视，为此我们提供以下建议：

1. 母亲应该毫不犹豫地要求孩子做一些力所能及的事情。懒惰的行为应该加以克服，不要溺爱孩子，宠惯孩子是有害的。

孩子从四五岁开始就应该养成平时自己动手做事的习惯。早晨起床后应该叠被、自己穿衣服、洗手、洗脸、倒水、刷碗等。干这些活时，大人应予以指导，当然不要把孩子搞得很疲倦，使孩子认为干活是一种负担。要给孩子适当的活干，要求他们做得井井有条，就如同上课一样。干活本身对孩子的智力和体力就是一种锻炼。父母必须考虑到孩子在各个成长时期的能力。

2. 父母应该认识到使孩子习惯于艰苦生活、不怕冷热、没有被过分保护，他往往会更精力充沛，更能抵御各种疾病。如果孩子六七岁还不干什么活，“不把手搞脏”，饭来张口，衣来伸手，那么孩子会逐渐变得懒惰起来。

如果父母怕孩子打坏杯子、弄脏衣服而不让孩子干活，或父母有钱而不叫孩子干活，都会给孩子带来不幸。干体力活并不丢人，孩子从小习惯干活是很重要的。

3. 游泳、做体操、走远路会使孩子变得更结实，更有活力，更能面对生活中的困难。女孩子更要加强锻炼，因为生活的重担往往大部分由女人承担。

孩子如果在家里不愿干活，将来怎能担负起生活的责任？如果女孩子只想享受，受宠惯，只能成为未来家庭的负担。总

之，干活不是丢人的事，没有贫富之分。孩子应做力所能及的活，大人不要越俎代庖。

四 有责任心才能成大器

挺身履行其职责者，何其卓然荣耀！

——阿博都-巴哈，《神圣文明的隐秘》

……因此很明显，人类这种天生的尊严感与荣誉感是教育的产物。

——阿博都-巴哈，《神圣文明的隐秘》

完成一项指定的工作会使人有一种满足感；没有完成一项任务则感到遗憾，这就是责任心的表现。我们认为责任心是重要的道德品质之一。

责任心对社会至关重要，所以应给予足够的重视。如果孩子从小没有培养责任心，就是道德上的一种缺陷，而且孩子长大后难以改掉这种缺点。纠正不良行为的最好时间是儿童时期；人长大后要改变自己的行为是非常困难的。下面是专家们提供的有关建议：

1. 父母要仔细分析哪些事适合于孩子做，然后可以在孩子面前讲清楚为什么每个人都要做一些家务活，并告诉孩子应该做哪些事。如果孩子有些什么看法，父母可耐心听其陈述，有必要时，可以把先前的决定改变一下。在意见一致时，父母应

表示希望孩子认真完成自己的任务。

2. 父母应告诉孩子完成职责是一种高尚的行为，忽视自己的职责是耻辱的。

3. 父母可用日常事例说明玩忽职守的恶果和忠于职守的好处。

4. 孩子完成自己的任务后，大人应予以鼓励和感谢。

5. 当孩子没有完成自己的任务时，父母应及时过问并予以纠正。惩罚要以不伤害孩子的感情为原则。

6. 孩子完成任务后，父母应与孩子谈一下完成任务的情况，让孩子知道父母想要他做成什么样，还有哪些不足，同时再布置下一个任务。

也许有的父母认为这样做很可笑，也有的父母认为自己有钱，为什么要叫孩子干活？实际上劳动对人是一种训练，我们常说“有劳才有得”。要求孩子干活是对孩子进行的一种教育。

在家庭中孩子有很多机会得到训练，例如，父母可以要求孩子每天自己铺床叠被、洗刷餐具、打扫房间，孩子就能按部就班地做完自己的事。同时，父母须对孩子加以鼓励，这样，孩子的责任感就会在日常生活中得到培养。

五 道德教育是育子之本

……使他们自幼开始，就在其心灵深处牢固建立良好的生活方式，在各方面都符合神圣教义。

——《阿博都-巴哈文选》

对孩子加强道德教育是很重要的。父母可利用晚上时间与孩子进行交谈，可以通过寓言、故事、例子等向孩子解说一些道德问题，鼓励孩子做对社会和他人有利的事，不做危害社会和他人的事。

父母不论学问深浅，都能做到这一点。经验证明，父母的这些道德教育能对孩子产生很长久的影响。例如，父母可以举例说明，我们都喜欢别人为我们做好事，那么我们也应该为别人做好事。如果有人对你说话很粗暴，你会感到很难过，因此你要对别人友好，不要伤害别人的感情，我们应该尊重别人。这是基本的道德规范，是做人的基础。

我们还应该教育孩子尊重父母。父母生养了孩子，并历经辛苦使孩子生活幸福、舒适，那么孩子应该对父母表示孝顺，长大后也应该尊重、关心父母，不要伤父母的心。

总之，我们应该向孩子灌输是非观念，让孩子避恶从善、不断进步，过上真正幸福的生活。

六 识体明理终生受益

礼节的确是老少皆宜的衣裳。

——巴哈欧拉，《致狼子书》

人是社会性的，一生都必须与别人接触，所以孩子小时候就应该开始与别人接触、交朋友。

在每个国家中都有一些人人要遵守的风俗习惯。如果有人

不遵守道德规范、不尊重这些风俗习惯就会触犯其他人，也就无法与他们保持友好的关系。

很多父母在教孩子礼貌方面作出了不懈的努力，因为父母担心孩子没礼貌，别人会瞧不起父母，认为他们没有规矩、不懂礼貌。但是遗憾的是有的父母不重视教孩子讲礼貌。尽管他们本人平时能遵守道德规范，但是孩子却不能很好地与别人交往，父母为此而感到难堪。

孩子在两岁时就应该学一些问候的话和吃饭、谈话的正确方式。

假如你遇到一个很有礼貌的五岁孩子，她很有礼貌地问候你，你问她的名字，她马上告诉你。你问她年龄、伙伴、家庭的情况，她都一一回答，这使人十分愉快。在饭桌上，她的举止很得体，就好像她与客人之间已有过多年的友谊，也就是说这孩子很有礼貌。

如果你遇到一个没有受过这种教育的孩子，情况就不同了。他一见到你，马上躲在母亲身后，怎么也不出来，他静下来后，你问他的名字，他把手放进嘴里，眼睛看着地面。如果你再继续问，他就叫母亲来回答。如果你问的这个孩子很不愿说话，他可能说“我不告诉你，这与你无关。”

吃饭时，如果主人出于礼貌往客人盘里放好吃的东西，这孩子的眼睛就盯着那东西，脖子伸得很长，表示这东西应该给他吃。这些做法无疑使大人很难堪。

这些例子说明从小就教孩子讲礼貌的重要性。有人认为孩子大了以后，再教他正确的做法。这样的想法很明显是错误的。

的。孩子到长大后就很难纠正其不正确的做法和举止。如果依靠天性、经验和时间改正人的行为举止，不在教育上花费气力，人的野性就会自然发展起来。正像果树不加以管理将不可能结出丰硕之果一样，孩子不从小进行教育，他的智力就不会正常发展，长大后难以成器。让我们重温这首歌：

幼年无教育，幸福无觅处。

嫩枝可修理，唯火正干枝。

现在到了与读者说再见的时候了，如果读者认为书中内容有益，并付诸实践，即是对笔者的奖励。

根据乔治·罗纳德出版社1980年英文版编译

母亲、父亲与孩子——育子箴言

Mothers, Fathers, and Children: Practical Advice to Parents

作者：阿里·阿克巴尔·福鲁坦 (‘Ali-Akbar Furútan)

出版：马来西亚巴哈伊出版社

电邮：info@mybahaibook.com

网址：<https://mybahaibook.com>

遵循“署名—非商业性使用—相同方式共享”的CC协议