

做出最适合你的选择

□文王自亮

人的一生总是要面对许多选择。

选择就是横亘在我们前行途中的门。进，还是退，是个问题；向左，还是向右，也是个问题。选择的过程是纠结的过程，痛苦的过程。但是也正在这个过程中，人慢慢走向成熟，褪去青涩，变得从容而坚定。

一次选择，就意味着一段新的征程，一段新的挑战。勇者会勇敢地迎接选择，像礁石迎接海浪，像海燕渴望风雨。只有弱者才会退缩，逃避选择。

每一次选择会得到，也意味着失去。选择名利，你就失去淡泊。选择喧闹，你也会失去清静。

选择没有好坏，只有适合与否。你所要做的，就是在社会发展的大背景下，听凭自己的内心和生命的召唤，做出最适合你的选择。那样的人生，就是精彩的人生；那样的人，就是不简单的人。

（本刊编辑摘自《潮州日报》）



目 录

Contents

卷首语

- 做出最适合你的选择 王自亮 01

特别关注 家务劳动教育不可忽视

- 要让孩子做家务,提高动手能力 关 颖 04
孩子家务劳动教育缺失令人担忧 毕玉才 05
加强中小学劳动教育的意见(摘录) 06
劳动是人的第一需要 边 际 06
家庭劳动教育的积极意义与实施对策 刘 芯 07
拾起劳动教育,才能学会生活 肖纲领 08
国外家庭劳动教育见闻 明 月 09

家教漫话

- 中国家庭教育 2015 年度十大关键词 滑经纬 10
兴趣影响着孩子的人生方向 孙云晓 12
花钱越多孩子成绩并非越好 刘 辉 13
积极的养育方式让孩子阳光 维吉尼亚·希勒 14
谁偷走了孩子的幸福 郑 勇 56
家长对子女异性交往的主要担忧是什么 张立静 57

孩子天地

- 读懂父爱 陆 川 18
孩子需要这样的“好爸爸” 吴 民 19
看爷爷 凌 灵 50
好朋友 王瑞莹等 51
寻找自己最热爱的事情 郑人元 22

教子有方

- 家长如何走进孩子的内心世界 董进宇 23
叛逆的青春期,你准备好了吗 王 丹 42
只讲理,不骂你 王开林 43
如何应对网瘾的孩子 何 文 58
如果与可能 佚名 59
方法与效果 ABC 任方圆 28
就这样考上北大 郭瑞芳 29
家教案例分析 侯晓远 30

人物写真

- 袁隆平父母望子成“农” 晏 满 31
干荣珠与她家的 11 位博士 肖 逸 32
给母亲洗澡 罗 娜 34
吴思懿:突破自我 拼的是行动 师 文 39

家 / 庭 / 教 / 育 / 精 / 品 / 卷 / 首

当代家庭教育 文摘

中国家庭教育 2015 年度十大关键词
家庭教育 2015 年度关键词
家庭教育 2015 年度关键词
家庭教育 2015 年度关键词
家庭教育 2015 年度关键词



2016.2

主办 浙江育英教育集团

编委会
主 任 黄纪云
副主任 田中夫 陆茂洪
林方秋 俞国平
叶盛富 叶赛乐
陈六明 陈盖明
编 委 商林华 武彦华
贺存乡 陈 坚
王 浩 周 宁
来 宏

编辑部
主 编 商林华
打字校对 郭 盈
编辑部电话 0571-86877140
地 址 杭州经济技术开发区
(下沙)六号大街
杭州市实验外国语学校·行政楼
E-mail 191494973@qq.com
封面摄影 商林华

(内部资料 注意保存)



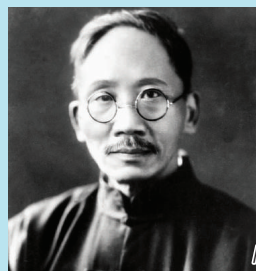
霍金的笑容	路 明 40
国际视窗	
欧洲仍是“旧世界”	常 江 41
德国最好的大学是哪一所	杨 照 24
国外家庭教育片段	灵 芸 25
陌生人	罗 西 44
犹太人在这个世界	罗森伯格 45
伊朗掠影	项明生 46
加拿大落基山冰川体验	王俭美 47
家庭书屋	
我们更需要讨论读什么	张抗抗 48
读书重在选择	潘裕民 49
华罗庚的“厚”“薄”阅读法	石 林 20
一本世界名著浓缩成一句话	羽柴筑前 21
书味人生	巴特尔 52
有美文陪伴的那些时光	刘家琦 53
精神家园	
中国工程院院士傅廷栋谈“逆商”	雷 宇 54
失败的好处	安 伟 55
重新站起来	文 英 55
你的长处决定了你的人生高度	水木然 16
专注的力量	邱红丽 17
情绪不是你的敌人	杨 眉 26
别把最坏的情绪留给最爱的人	松 果 27
青苔的智慧	渊 默 60
名作欣赏	
断章(诗)	卞之琳 35
江南水乡(油画)	陈逸飞 36
偏工易就 尽善难求(书法)	张 海 38
史海拾贝	
蔡元培的北大生涯	傅 林 61
沙飞的“红色影像”	莫 枫 68
法国路易十四与康熙的交往	鱼宏亮 69
丑陋的奴性	毕星星 64
羊对历史的贡献	石 年 65
网络觅珠	
微言微语	陶行知 等 66
“阿尔法狗”胜出人机大战	温 婧 王 东 67
你真的了解这些大学专业吗	李 明 62
食品卫生知识一起学	卫 安 63
资料卡片八则	林 木 71
编读往来	
希望杂志再多一度温暖	周 翔 70



袁隆平父母望子成“农”



要让孩子做家务,提高动手能力



蔡元培的北大生涯



工程院院士傅廷栋谈“逆商”



家长如何走进孩子的内心世界



编者按:中华民族自古以来就是勤劳的民族,热爱劳动也一直是我们的传统美德。而据国家统计局最近的一项调查显示,城镇居民家庭的子女基本不做家务,经常做家务的孩子仅占5.4%。究其原因,却并不是因为孩子“懒”,而是家长的教育观念在“作怪”。一些家长认为:“孩子只要好好学习就可以了,什么活也不用干”。父母们这种“大包大揽”的做法对头吗?作为家长应该明白:孩子勤于劳动才能健康成长;人只有学会生存的本领,能自立,才有可能去实现更高层次的追求。家务劳动是孩子的义务,是家庭教育的方式和内容。在教育部联合共青团中央及全国少工委颁发《关于加强中小学劳动教育的意见》近一周年的时候,本刊编选一组文章供你阅读参考。

要让孩子做家务,提高动手能力

□文/关颖

家务劳动大可不必由老师来“适当布置”,孩子作为家庭成员应当主动承担义务,学习做家务,提高自己的动手能力。

我曾主持过一项对1千余名中小学生的调查,表示“愿意和大人一起干家务”的高达93%,有71.2%的同学表示不同意“现在的孩子是懒惰的一代”的说法。可是在家庭生活中,能主动承担家务劳动的比例并不高。有的是家长怕孩子干家务耽误学习时间,包办太多了,剥夺了孩子干家务的权利;有的家长嫌孩子干家务笨手笨脚,打击了孩子的劳动热情……久而久之懒得自己动手做家务便成为当今一些中小学生的习惯。

事实上,一个人是否成才,从根本上说就是在社会上实现自身的价值,是看他在劳动岗位上对社会的贡献大小。也就是说,劳动与成才密不可分,而干家务是最早、最基础的劳动形式。

专家们分析说,孩子从小做些



家务,可培养他们吃苦耐劳、珍惜劳动成果、珍视家庭亲情、尊重他人等品质,长大以后自然比那些“四体不勤”的孩子更有出息。所以说,劳动是做人的基础。

家务劳动还可以开发思维。人的思维活动离不开实践活动,而智力的核心是思维能力。我们看到一些曾经取得发明专利的中学生,就是在日常的家务劳动中遇到或发现了问题,引发了思维的需要,对劳动的结果有所预想,进而产生了创造灵感。

家庭生活是多彩的,家务劳动所提供的实践优势是课堂不具备的,尤其利于从小培养动手能力。教育家马卡连柯曾经以他长期研究观察的经验得出这样的结论:在家里获得了正确的劳动教育的儿童,以后就会很顺利地完成自己的专门教育。凡是在家庭里没有接受任何劳动经验的儿童,虽然学校努力去教育他,也不会获得很好的熟练技巧,会遭遇到各种失败,会成为很不好的工作者。

我始终不赞成“孩子要帮助父母做家务”的说法,承担家务劳动是孩子自己的事。当正确的劳动观念内化为自身的意识和行为习惯,便成为成长中的不竭动力和成才的坚实基础,你将因此而终身受益。

(关颖:天津社会科学院社会研究所研究员,《中国教育报》家庭教育特聘专家,中国社会学会家庭社会学专业委员会副会长,中国家庭教育学会理事。)

(本刊编辑摘自《天津中学生》)



孩子家务劳动教育缺失

令人担忧

□文/毕玉才

每逢节假日和周末,许多中小学生在家长陪同下,到处补课。“其实,中国学生最该补习的是‘劳动课’。”辽宁何氏医学院院长何伟接受记者采访时,向记者提供了这样一组数据:某县妇联对一所重点中学高一学生做过一次调查,从没洗过衣服的占 79%,不会或不敢使用电饭锅、液化气炉的占 67%。“由此可见,我国青少年劳动教育缺失问题,已到了令人担忧的地步。”何伟表示。

“作为人全面发展的一个不可分割的部分,劳动教育的重要性显而易见。”何伟建议构建学校、家庭、社会“三位一体”的劳动教育大环境:一要更新观念,打破“以分数论英雄”的教育观,培养家庭劳动教育观念。二要建立学生劳动记分考评体系,并把其作为学校评三好学生、保送升学的条件之一。三是多方努力,健全社会劳动教育载体,例如劳动教育中心、素质教育基地等。

(本刊编辑摘自《光明日报》)

链接:据上海某大学近几年对录取的新生调查,许多大学生在入

学前没有亲手洗过一件衣服。长春市某高校一个班 25 名学生,有 24 名不会缝补衣服,不会钉扣子。据北京市家教学会对某小学一个班的调查,该班 44 名学生中,家长每天给整理书包的占 39%,家长给穿衣服的占 59%。

有一份调查报告显示,家长的劳动价值观和负面评价对孩子劳动意识有负面影响。54.4%的长辈说过“你好好学习就行,家里的事用不着你管”。44.4%的家长说过“你不好好学习,将来就去扫马路”。44.8%的家长说过“你要学习好,闲事少干”。44.48%的家长说过“看你笨手笨脚的,这点事都干不好”。55.4%的家长说过“你这么小能做什么,等以后长大再帮我做吧”。54.7%的家长说过“去干你自己的事吧,别在我这儿添乱了”。有 65.9%的家长为了不影响孩子学习,不让孩子做家务,有 60%的家长不支持孩子参加公益劳动。

最典型的事例是中国科学院高能物理研究所硕博连读研究生魏永康。他 2 岁掌握 1000 个汉字,8 岁上中学,13 岁考进大学,父母唯一的心愿就是让儿子好好学习,

母亲把儿子所有生活上的事情都包了下来,他除了学习还是学习,没有伙伴,没有人际交往。魏永康 17 岁那年考取中科院高能物理研究所硕博连读的研究生后,一人从湖南来到北京读书,但是生活自理的低能,严重的依赖性,让他无法独立生活,于是只得肄业回家。

家长过多替代,减少了孩子自理和做家务的机会。如果家长把自理性劳动和家务劳动这些对孩子而言举手之劳的事当负担,剥夺了孩子最基础的劳动权利,久而久之,孩子依赖家长,不愿自己动手便会成为习惯。

正是由于家庭忽视了劳动教育,致使孩子缺少参加劳动的机会,依赖性强、自立能力差,影响健全人格的发展。

(本刊编辑整理)





T

特别关注

E BIE GUAN ZHU

加强中小学劳动教育的意见(摘录)

(2015年7月20日)

教育部、共青团中央、全国少工委“关于加强中小学劳动教育的意见”开头语:劳动教育是全面贯彻党的教育方针的基本要求,是实施素质教育的重要内容,是培育和践行社会主义核心价值观的有效途径。近年来,一些地方在劳动教育方面积极探索,取得了一定成绩。但是,总体上劳动教育存在诸多薄弱环节和问题,劳动教育在学校中被弱化,在家庭中被软化,在社会中被淡化,中小学生学习劳动机会减

少、劳动意识缺乏,出现了一些学生轻视劳动、不会劳动、不珍惜劳动成果的现象。当前,我国正处在全面建成小康社会的关键阶段,切实加强劳动教育,培养学生劳动兴趣、磨练学生意志品质、激发学生的创造力、促进学生身心健康和全面发展,对于推进教育现代化、实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦具有重要的现实意义。

关于家务劳动:鼓励家务劳

动。教育学生自己事情自己做,家里事情帮着做,弘扬优良家风,参与孝亲、敬老、爱幼等方面的劳动。学校应安排适量的劳动家庭作业,针对学生的年龄特点和个性差异布置洗碗、洗衣、扫地、整理等力所能及的家务。要密切家校联系,转变家长对孩子参与劳动的观念,使他们懂得劳动在孩子学习、生活和未来长远发展中的积极意义和作用,让家长成为孩子家务劳动的指导者和协助者,形成劳动教育合力。

劳动是人的第一需要

□文/边际



马克思说“劳动是人的第一需要”。人是活在意义中的动物,所谓意义就是价值,价值是如何诞生的?劳动中得来,任何有欣赏价值的或值得拥有的东西都是因为凝聚着劳动。只有在劳动中我们的孩子才能学会真正的感恩和责任。如果我们的孩子得到太多免费的东西了,那么,这些东西就会失去价值,最终人生缺乏价值。

从心理学上说,劳动是内在需要,是人跟世界最原始的联系,被剥夺劳动的人

失去的不仅是价值,更将失去人格,成为心理健康最低下的人。另外,剥夺劳动也就是阻止儿童的社会化进程,同样造成心理健康低下或扭曲。人格个性的一面中最重要的品德就是爱劳动。

给孩子制定一个家务劳动计划。父母每周一次贴出要孩子干的家务劳动内容,检查完成情况,使孩子因自己的劳动而产生一种完成任务的成就感。劳动是我们中国父母最看不到的地方,大多数家长能看到的就是“作业做没做”、“考了多少分”。被母亲逼着学习而杀死母亲的少年犯徐力他只自豪两件事,一是给一位孤寡老人做过饭,一是在母亲生病时搬过煤气罐。

一切恶劣品德从好逸恶劳开始,如果父母正在培养这样的人,那,这个家庭也就差不多了。

(本刊编辑摘自“精华在线”)



积极意义

家务劳动是做人的基础。哈佛大学的一些社会学家、行为学家和儿童教育专家,曾对波士顿地区456名少年儿童进行了长达20年的跟踪调查,发现干家务的孩子与不干家务的孩子相比,长大后失业率为1:15,犯罪率为1:10,平均收入要高出20%左右,离异率、心理疾病患病率也相对较低。专家分析说,让孩子从小做些家务,可以培养他们吃苦耐劳、珍惜劳动成果、珍重家庭亲情、尊重他人等品质,他们长大后,自然比那些“四体不勤”孩子更有出息。

家庭劳动促进思维的开发。中国的家长非常重视孩子的智力开发,却不知智力的核心是思维能力,而思维活动离不开实践活动。在劳动中孩子往往会遇到或发现新问题,这就会引发他去思考,从而对劳动的结果有所预想,设计达到目的的路径。当孩子克服劳动中的困难,解决了劳动中的问题,看到了自己的劳动成果,便会获得成功的喜悦,这将进一步激发其求知欲,增添学习兴趣,促进智力发展。而这一过程是在其他活动中很难实现的。

家庭劳动能有效培养技能。教育家马卡连柯曾根据长期研究观察得出结论:在家里获得正确的劳动教养的儿童,以后就会很顺利地完成自己的专门教育。无论孩子将来从事什么工作,都需要有动手的技能技巧。如果父母有意识从小训练孩子动手解决自己生活的问题,久而久之,孩子就能形成善于动手的好习惯,在未来社会中便能很好地适应工作和生活的需要。



□文/刘蕊

家庭劳动教育的 积极意义与实施对策

家庭劳动能磨练孩子的意志品质。独立自主、坚毅和自信的意志品质,只有经过长期劳动磨练才能获得。劳动的过程其实也是一个体验的过程,家务劳动中孩子体验到了劳动带来的成就感,这种成就感的不断积累,就会形成独立自主、坚毅和自信的心理品质。路是人走出来的,事是人做出来的,意志品质是磨练出来的。

家庭劳动增强孩子责任感。家务劳动是培养孩子对家庭、对父母责任感的有效途径。让孩子承担力所能及的家务劳动,孩子才会逐渐认识到自己是家庭中一个不可或缺的成员,并且知道自己应当做对别人有益的事情,按照规定的要求和时间完成自己该做的和父母委托的事情。没有家务劳动的锻炼,孩子很难有这种责任感。

家庭劳动锻炼孩子肌体。研究表明,通过适量的力所能及的家庭

劳动,可以协调人的身体各种器官发育,锻炼身体和耐力,在增强体质的同时促进神经系统的发展,培养意志,形成健康向上的心理素质。

实施对策

改变观念。父母首先要清醒认识劳动对孩子的积极意义,转变对体力劳动的轻视心理、万事包揽的替代心理、不相信孩子的保守心理。

共做家务。父母和孩子共同做家务,让孩子切身认识和体会到自己是家庭的一份子,应该承担自己应尽的义务和责任。

动脑动手。注重在家务劳动开发孩子的潜能,动脑和动手相结合

总结经验。国内外家务劳动教育的成功经验固然值得学习借鉴,但不能照搬。家长应该从自身实际出发,总结反思,寻求一套最适合自己的孩子发展的教育方法。

(本刊编辑摘自百度文库)



T

特别关注

E BIE GUAN ZHU

拾起劳动教育,才能学会生活

□文/肖纲领

记得小时候,在“德智体美劳”全面发展的口号下,不少中小学会组织学生参加义务劳动,笔者就曾参与过采茶、搬砖等劳动。回忆起来,这种经历很有意义,也算得上是劳动教育。

可是上高中后,学习变成了王道,分数成了主宰。即使学校举办体育比赛、演讲之类的课外活动,也都是为升学服务。于是,劳动教育在教师和家长眼里成了浪费时间之举。

谈及自己的这些体验及观察到的现象是想说明,学校的劳动教育在不同阶段存在明显差异。那么究竟是什么原因造成当今学生劳动意识淡薄、劳动行为缺失呢?有人指出,劳动教育被淡化的主要原因在于整个社会并未形成真正尊重劳动者的氛围。但是,社会氛围的改善不是一朝一夕的,且无法落实到具体负责的对象。笔者认为,家庭和学校首先应该成为学生劳动素养培养的关键场所,应对其负责。

家庭是孩子的第一所学校,父母是孩子最好的老师,父母对孩子的教育方式将直接影响着他们的性格和习惯。如今,大部分独生子女都是父母的掌上明珠,即使他们在家有时间劳动,父母对他们也很骄纵,基本上不会让他们动手做家务,练就生活技能。而且,不少家长也希望孩子心无旁骛地读书,或是

报各种课外补习班。至于家庭劳动,他们宁愿自己全包,也不让孩子插手。

从学校的层面看,不当的教育观念直接影响了学校对劳动教育的重视程度。虽说当前高等教育已经进入大众化阶段,但优质的高等教育资源仍显不足。因此,高中及以下的学校教育,都有为分数而学习的现象。一些学校把升学率作为办学目标,有的老师甚至把学生的分数看成捞金工具。这样的学校教育,凡是考试要考的,老师教,学生学,劳动教育在学校自然也就被边缘化了。

家庭和学校没有为学生的劳动教育创设环境,孩子也就在“万般皆下品,唯有读书高”的观念影响下,“两耳不闻窗外事,一心只读圣贤书”,对于洗碗、洗衣、扫地之类的劳动,无形中疏

懒了。美国教育家杜威提出“生活教育”理念,认为教育即生活。我国教育家陶行知对此有更进一步论述,认为“生活即教育”,强调“干中学”的重要性。这两大教育理念都呼吁学生多一些生活体验,多一些劳动教育。国内的教育如果不重视这种教育理念,或是虽然理论上重视,行动却乏力,到头来,劳动教育也就会“竹篮打水一场空”。

笔者认为,家长要为孩子提供合适的劳动环境,学校要开设具有生活意义的劳动课程;同时,学校和家庭应实现良好的合作,以家校合作来教育和敦促孩子,让他们融生活于教育,而不是只醉心学习,却忘记了生活。

(本刊编辑摘自《中国教育报》作者系上海出版传媒研究院研究人员)





在许多中国孩子的心目中,“五一”是一个假期,是一次欣赏春光의 三日游,很少有人知道这是一年一度的“国际劳动节”。这并不奇怪,被尊为“小皇帝”的中国孩子,对劳动已经很陌生了。但在一些经济发达国家,劳动是孩子的义务,是文化的时尚,更是一种家庭教育方式。

德国孩子做家务是法律义务

在德国,孩子们的劳动义务明白白写进了法律:6岁以上的孩子必须帮助父母干家务。记者约翰有两个孩子,负责为家中花园浇水、翻土和除草,还要帮助父母洗餐具、收拾房间、擦洗家人的鞋子。每逢暑假,两个孩子还要顶着炎炎烈日,骑着自行车挨家挨户地送报纸。约翰夫妇说:“与其让孩子坐着享受,不如教给他们劳动的技能。”

德国的学校也开设了劳动课程。小学每周有两节手工课,内容包括纸工、编织、木工、制作,还要学会缝纫等技巧。德国中小学都设有劳动专用教室,分为金属加工、木加工、烹饪、缝纫、编织五大类。

瑞士的学生女佣

在瑞士,父母为了不让孩子成为无能之辈,从小就着力培养孩子自食其力的精神。比如,十六七岁的姑娘,从初中一毕业就去一家有教养的人家当一年左右的女佣,上午劳动,下午上学。这样做,一方面可以锻炼孩子的劳动能力,体会独立谋生之道,另一方面还有利于学习语言。瑞士有讲德语的地区,也有讲法语的地区,所以一个语言地区的



国外家庭 劳动教育见闻

□文\明月

姑娘通常到另一个语言地区的人家当佣人。其中也有相当多的人还要到英国学习英语,办法同样是边当佣人边学习语言。掌握了三门语言后,就去办事处、银行或商店就职。在瑞士,长期依靠父母过寄生活的人,被认为是没有出息和可耻的。

美国孩子的家务劳动

在美国,家长让孩子从小就认识劳动的价值。中学生有句口号:“要花钱自己挣!”不管家里多富有,男孩子12岁以后就会通过修

剪草坪、送报来赚些零用钱,女孩子则做小保姆赚钱。农民家庭要孩子做割草、粉刷房屋、简单木工修理等活计。

在美国,孩子不论年龄大小,都是重要的家庭成员,告诉孩子在家庭中应该负起的责任是很重要的,而承担家务则是最好的方式。不同年龄的孩子可以做哪些家务劳动?美国教科书上有明确规定(6岁前略)。

7-12岁:不仅要熟练掌握前几个阶段要求的家务,并能做简单的饭;帮忙洗车;吸地擦地;清理洗手间、厕所;扫树叶,扫雪;会用洗衣机和烘干机;把垃圾箱搬到门口街上(有垃圾车来收)。

13岁以上:不仅要熟练掌握前几个阶段要求的家务,并能换灯泡;换吸尘器里的垃圾袋;擦玻璃(里外两面);清理冰箱;清理炉台和烤箱;做饭;列出要买的东西的清单;洗衣服(全过程,包括洗衣、烘干衣物、叠衣以及放回衣柜);修理草坪。

(本刊编辑摘自新浪博客)



中国家庭教育2015 年度十大关键词

□文/滑经纬



“中国家庭教育 2015 年度关键词”:家风、儿童权利、回归本真、起跑线、亲情空洞、家务劳动、政府主导、教育始于家庭、精神成长、二胎等十个关键词入选。

1、家风

2015 年初,习近平总书记在春节团拜会上指出,家庭是社会的基本细胞,是人生的第一所学校。不论时代发生多大变化,不论生活格局发生多大变化,我们都要重视家庭建设,注重家庭、注重家教、注重家风,紧密结合培育和弘扬社会主义核心价值观,发扬光大中华民族传统家庭美德,促进家庭和睦,促进亲人相亲相爱,促进下一代健康成长,促进老年人老有所养,使千千万万个家庭成为国家发展、民族

进步、社会和谐的重要基点。

2、儿童权利

2015 年两会上,全国政协常委、副秘书长,民进中央副主席,中国教育学会家庭教育专业委员会理事长朱永新提交了《关于保障儿童亲子团聚权,根治留守儿童问题》的提案,建议国家立法机关对现有相关法律法规进行统筹协调,增加亲子团聚权的相关条文,制定补充性规定或司法解释。据调查,绝大多数父母并未意识到尊重和保护儿童权利是家庭教育的起点和归宿,6000 多万留守儿童亲子团聚权亟待保障。

3、回归本真

2015 年 4 月,“家庭教育核心

价值观”引发社会大讨论。针对当下学校教育过度、家庭教育失责的现状,有专家呼吁全社会要重视家庭教育的独特属性和本质特征。家庭教育不是家庭学习,不该沦为学校教育的附庸。家庭教育要走出充当老师“助教”和孩子“拐杖”的误区,回归营造良好家庭环境的本真,发挥潜移默化的功效,给孩子可持续发展的内在力量。

4、起跑线

2015 年 5 月,热播剧《虎妈猫爸》再现了不同家庭教育观念和方式的较量,成年人的焦虑和孩子的困惑再一次引发人们对“不让孩子输在起跑线上”的反思。中国工程院院士、教育部原副部长韦钰在接受媒体采访时,还原了“起跑线”的



真实含义,并从脑科学、社会学、生涯规划等不同角度,梳理了十年来家长们的认识误区,再次强调在孩子成长的过程中,最重要的教育资源其实是父母自身。

5、亲情空洞

2015年6月9日,贵州毕节四名留守儿童在家中服用农药自杀。这四个孩子并非因为贫困走上绝路,家里有粮有肉有钱,唯独没有父母的身影,他们是被骨肉分离、缺情少爱的亲情空洞吞噬的。6000多万留守儿童中,有多少这样经济供给功能尚在、父母亲职的教养能力几无、亲属情感抚慰能力高度稀薄的家庭?家庭功能的丧失,社会支持的无力,源于人们对家庭价值的无知和漠视。

6、家务劳动

2015年8月3日,教育部、团中央和全国少工委联合颁布《关于加强中小学劳动教育的意见》,要求建立课程完善、资源丰富、模式多样、机制健全的劳动教育体系,形成普遍重视劳动教育的氛围,提高广大中小学生的劳动素养,促进他们形成良好的劳动习惯和积极的劳动态度。《意见》引发社会对家务劳动的价值和误区的热议。国内外专家的大量调查和基层教育工作者的丰富实践证明,家务劳动是孩子的精神需求和成长权利,是家庭教育的重要途径。

7、政府主导

2015年10月20日,教育部印

发《教育部关于加强家庭教育工作的指导意见》,明确了家庭教育政府主导的原则和“政府主导、部门协作、家长参与、学校组织、社会支持”的工作格局,以求求真务实的负责态度,回答了家庭教育与学校教育如何密切合作、加强家庭教育指导如何整合社会力量这两个核心问题,被誉为提升中国国家家庭教育水平、给几亿学生健康成长带来福音的文件。其中“探索建立具有中国特色的家庭教育理论体系”的表述,是家庭教育学科建设的历史性突破。

8、教育始于家庭

2015年10月31日,由中国教育学会主办,中国教育学会家庭教育专业委员会承办,新教育研究院协办,全通教育公益支持的2015年家庭教育国际论坛在广东省中山市召开,来自美国、日本、韩国、奥地利、中国等多个国家的教育专家齐聚一堂,围绕“教育始于家庭”的主题,研讨家庭、家教、家风建设,学术观点和实践经验在传统与创新、教育与科技、中国与世界、家庭与社会等不同维度融合、碰撞,达成了家庭教育才是真正的人生起跑线的共识。

9、二孩

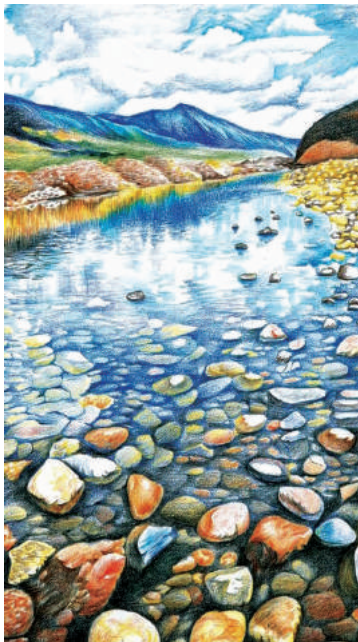
2015年10月29日,党的十八届五中全会发布公报,确定中国将全面实施一对夫妇可生育两个孩子的政策,立刻引发巨大反响和热烈讨论,给家庭教育带来了前所未有的挑战。未来学家认为“中国最

宝贵的资源是孩子的潜能”,而如何应对大孩的激烈反应和二孩带来的教育难题,成为新一代父母的课题。父母和第一个孩子是否做好了准备,政府在教育、医疗、城市建设等方面是否做好了准备?这是一个值得期待的话题。

10、精神成长

2015年11月12日,“教育的未来——关注孩子的精神成长”2015年教育论坛在深圳召开,会上发布了“中国孩子精神成长需求调查”结果。北京、上海、武汉、哈尔滨、深圳等9个城市的近万名中小学生表达了他们对精神成长的四大渴望:渴望父母足够的倾听和认同、渴望获得友谊和学会做人、渴望有参与体验和实践的机会、渴望成为生活和未来的主人。

(本刊编辑摘自《现代教育报》)





兴趣影响着孩子的人生方向

□文/孙云晓

2015年2月12日《重庆晚报》报道了一则新闻,南华大学的大学生小崔因为对高考填报志愿时所选的专业不感兴趣而退学。

开始了大学学习后,小崔才发现自己对机械类专业真的提不起兴趣,所以根本没法专心学下去,第一学期就逃了许多课。到了第二学期,科目更是几乎门门挂“红灯”,到了最后,小崔便申请退学。退学之后的小崔,又盲目听信一个QQ群里人“拿钱帮忙转学至重庆大学”的谎言,汇出2200元钱,当他最后发现自己被骗了时,骗子已经销声匿迹了。

小崔的教训值得我们思考,那就是父母是否意识到兴趣对孩子学习和工作的重要性。现在的许多教育都带有功利性,无论是幼儿阶段的特长培训,还是小学阶段的艺术学习,或者到

了中学阶段的课外辅导班,很多父母和孩子的选择都忽视了内心的兴趣,往往是为了考试成绩,甚至是对别人的模仿和对社会潮流的盲从。

兴趣从实质上讲是一种做事或学习过程中的快乐体验,在心理学上又叫内驱力。它是人们发自内心的想去做的事情的动力,并且在做

事的过程中拥有快乐和幸福体验。

兴趣影响着孩子的人生方向。在不同年龄阶段,兴趣有着不同的表现形式和特点。

对于幼儿阶段的兴趣,父母需要给孩子更多的尝试的机会,但又不要着急下判断。许多父母看到孩子对钢琴好奇就给他买钢琴,看到孩子拿起画笔划一通,就给他买画板,甚至早早开始就给孩子报各种特长班。而当孩子兴趣很快消失时,父母往往又气急败坏,开始批评指责,强迫孩子继

母可以培养他的鉴赏能力,对画画感兴趣的孩子,父母可以培养他的美感。这时父母就需要让孩子明白,兴趣要转换为自己的一技之长,成为优秀者,是需要付诸心血和努力的。父母需要给孩子陪伴和鼓励,让孩子学会坚持不懈地做自己感兴趣的事,这会给孩子带来终生受益的影响。

到了中学阶段,父母就需要让孩子把自己的兴趣与人生的目标和理想结合起来。中学生关键要做到人生有目标做事有计划,而有

兴趣的孩子更容易找到与自己匹配的人生方向,这时的兴趣就会对他们在选择未来所学专业方面给予清晰的指导。对于中学生忙碌的学习生活和沉重的学习压力,拥有广泛的兴趣又能给孩子提供更多排解压力的方法,起到舒缓情绪的作用,这时的

兴趣已经开始决定孩子未来的人生道路了。

所以说兴趣是伴随着孩子一生,并会对他们成长产生重要影响的教育因素,父母要在教育孩子的过程中尊重和保护他们的兴趣,并发挥兴趣对他们的成长的促进作用。

(本刊编辑摘自搜狐教育)



续学习,这往往让孩子陷入苦闷的童年,最后对很多事情都失去了兴趣。

到了小学阶段,孩子的兴趣开始有所定型。父母就需要将孩子的兴趣同所学的知识结合起来,引导孩子把兴趣变成一种爱好和特长,培养和锻炼孩子的智能和优秀品质。比如对音乐感兴趣的孩子,父



现象一：花钱越多孩子成绩并非越好

在孩子的教育上,家长是否经济投入越多回报越大?家住武汉市武昌波光园的许女士就是这么想的,许女士的孩子现在读八年级,周末被培优课挤得满满当当,作文、数学、英语轮番上。许女士说,她给孩子报的都是某品牌培训机构的“一对一”辅导课,一节课最少的也要收200元。给孩子如此“大补”的效果怎么样?她有些沮丧地说,钱花了不少,但孩子的成绩并没有多大起色,相反孩子越来越疲惫,上培优课如赶鸭子上架。

调查显示,并非家庭教育投入得越多,学生学业水平就越高。在教育投入占月收入的比例中,教科院抽样监测结果显示,五年级和八年级家庭教育投入占月收入10%~30%的家庭居多。五年级55.4%的家庭教育投入占家庭月收入的10%~30%,21.3%的家庭教育投入占到家庭月收入的30%~50%。更有6.3%的家庭教育支出超过一半以上。而八年级情况也大致相仿,51.0%的家庭教育投入占月收入的10%~30%,23.6%的家庭教育投入占家庭月收入的30%~50%,还有8.2%的家庭教育支出占到家庭月收入的一半。

抽样数据表明,当教育投入占到家庭月收入的10%~30%时,学生学业质量最佳,当教育投入占家庭月收入比例超过了30%,则呈现反比的规律,即投入越多,效果越差。

■ 专家建议 武汉市教科院副院长朱长华:家长对孩子的教育投入应理性规划,光用钱是砸不出



花钱越多 孩子成绩并非越好

□文/刘辉

优等生的。

现象二：孩子睡得越好成绩越好

学业负担是学业质量监测的重要部分。其指标主要包括睡眠时间、家庭作业完成时间、课外辅导情况和学习压力四个方面。

在睡眠时间方面,五年级学生每天睡眠时间达到8小时以上的比例为57.8%,比去年增加了12.6%;八年级学生达到8小时以上的比例为21.7%,比去年增加了11.4%。

在完成家庭作业时间方面,35.4%的五年级学生平均每天作业时间超过1小时,比去年略增3.6%;有34.0%的八年级学生作业时间超过2小时,比去年下降了4.9%。

在课外辅导方面,71.4%的五年级学生参加了课外辅导,比去年

增加了10.3%,有52.5%的八年级学生参加课外辅导,比去年增加了4.0%。

在学习压力方面,五年级学生感觉“学习压力比较大”和“学习压力很大”的两者比例总和为20.1%,比去年减少了8.6%,八年级学生感觉“学习压力比较大”和“学习压力很大”的两者比例总和为41.2%,比去年减少了15.8%。

■ 专家建议 武汉市教科院从事教育评价与管理的王珊珊博士:数据显示,睡眠时间与学生学业水平呈正比,睡眠时间越有保障,学生的学业水平可能会越高。家庭作业时间和学习压力分别与学业水平呈反比,家庭作业时间越长或是学习压力越大,学生的学业水平可能越低。

(本刊编辑摘自《楚天金报》本文内容来自武汉教科院报告)



积极的养育方式让孩子阳光

□文/维吉尼亚·希勒

提要：有人说最好的教育是爱,但在只有爱而没有规则的情况下,孩子很难学会凡事必须尽力,并且很难非常刻苦地去学会一些必要的能力。因此,一旦他们离开家庭,面对复杂世界的挑战,他们就很难感到足够的自信。

养育一个阳光快乐又能干的孩子,是所有家长的愿望。但是这并不容易,尤其在学业繁重,家长和整个社会都变得很焦虑的环境下,孩子们很容易因为来自学业的压力和家长的压力,变得负担重重。

我相信,聪明并且快乐的孩子不仅是那种能够出色地完成学校学业的孩子,还包括那些尽管并不出色,但凡事能够努力的孩子。如

果孩子们凡事只要努力,即便做得不是最好,也能够从家长那里得到足够的支持,而不是从家长那里获得压力,那他一定会是一个阳光健康的学生。

压力重重的孩子很难阳光

我在耶鲁大学任教时,遇到一位名叫常乐天的中国女孩。她是一位非常成功的年轻女性,我鼓励她给我的书写了前言。她说:“我是在中国出生中国长大的90后独生子女,那时大多数中国家长的教育方式不是以打骂为主,就是对孩子过分溺爱。有不少朋友都告诉过我,他们甚至念了高中还挨打,对父母的感情主要是惧怕。也有些同学在

父母的百般呵护、包办下得过且过,对自己的未来毫无计划……”但是她的父母相对比较开明,没有让她从小就去上各种补习班,而是和她建立起了‘亦师亦友’的关系,这是她一生中最温暖而宝贵的资源。”这是中国积极养育的例子。

在媒体报道中,以及美国的亚洲移民家庭中,常常可以了解到中国家长在养育孩子时感到很大的压力。其实,美国本地的家长也一样,因为我们所处的这个社会和教育的环境都会给父母施加压力——你的孩子是不是在学业上获得更高的成就,你的孩子在学校是否优等生。

在美国那些学术水平比较高的学校里,孩子们的学业也很沉



重,父母也常常因为孩子们的学业负担而非常焦虑。在我的心理咨询中心,常常会遇到这样的孩子和家长,他们为了和别人保持同样的学业进展,而不得不背负大量的课业负担,而且还要承受周围人对自己高期望所带来的压力。但是,在这种压力重重下生活的孩子,或者经常被父母批评的孩子,不仅会不够阳光自信,还会更叛逆。

积极的养育方式让孩子阳光

要培养阳光的孩子,需要帮助孩子形成他们的内在发展动力,父母应该避免给他们更多的压力,并且使他们的失败感和自责最小化。这需要父母更多的勇气和愿望,用自己的方式来养育孩子,而不被那些外在的压力所左右。

我并不认为花费更多的时间在学业上将使得孩子成年后更有成就,也不能使他们变得更有学习和成功的欲望。调查也发现,太多的压力会适得其反。在童年的时候给孩子一些自由的时间玩耍、想象、思考,或者发掘个人的兴趣,对于他们的智能和情感发展来说,非常重要。

我的丈夫,罗伯特·希勒在2013年获得了诺贝尔经济学奖,他在学校里的成长经历也许会对于养育孩子有些启示。

当他还是个小学生时,他并不被认为是一个优秀的学生。因为在学校里,他几乎一刻不停,话也很多。他很愿意投入地学那些他感兴趣的,不幸的是,那些东西并非老师希望他去学的,也和学业无关。幸运的是,他的父母容忍了这些。事实上,他能够获得诺贝尔奖

也与此密切相关,因为当时他所做的关于非理性经济现象的研究,与当时的主流看法是背道而驰的,但是他坚信他的研究是应该做的。可以说,正是父母养育他的方式使他有足够的信心做自己想做的,并且在自己想要做的领域坚持奋斗。而他和我在共同养育我们的孩子时,也是同样如此。

没有规则的孩子也不会阳光

在美国,研究者研究了很多不同的养育方式,以及不同养育方式培养出孩子的结果。曾经在很多家长中流行的自由养育方式,在中国的一些家长中也很流行。但是如果只有很爱孩子、鼓励孩子、赞美孩子,而疏于为孩子设立规则,尤其是那些对孩子发展非常重要的规则,那孩子也不会阳光开朗。

在只有爱而没有规则的情况下,孩子很难学会凡事必须尽力,并且很难非常刻苦地去学会一些必要的能力。因此,一旦他们离开家庭,面对复杂世界的挑战,他们就很难感到足够的自信。

我在儿童心理学方面的重要发现是,通过奖励的方式来帮助孩子养成良好的习惯,其实就是帮助孩子逐步达成一些学习和生活中的目标,从而使得他们获得成就感,最终养成良好的习惯,形成阳光的个性。

我在自己儿子身上也采用了这些方式。事实上我的两个儿子在学校里并不是理想的好学生,而是常常带来麻烦的学生。我的大儿子非常好动,而且并不爱学习;我的小儿子在读写方面有很严重的障

碍,为此接受了很长时间的训练。我尝试为他们设立一些理想的目标,并且努力达成。只是想让他们养成一些好的学习习惯,对他们自己在生活中感觉好一点。

他们的学业都不够优秀,我也尝试为他们找一些擅长的东西。比如我的大儿子就擅长体育,尤其是橄榄球。我的小儿子就比较适合学自然和动物。我花费了很多的心血去支持和鼓励他们。我也很辛苦地去激发他们达成生活和学习中每一个小目标。

现在我的两个儿子一个已经获得,还有一个将要获得常春藤学校的博士学位。但在很多年前,我从来没有想过会有这么一天。我看到他们的朋友们——那些过早地被父母们监督着获得了很好成绩的,要么现在人生漫无目标,要么已经从事了他们的父母们并不那么高兴的工作。所以,很重要的是要考虑得长远些,而不是为孩子们早期没有什么好成绩而感到焦虑。

(本刊编辑摘自微儿网 作者系著名儿童心理学家,耶鲁大学医学院临床心理学研究员,著有畅销书《奖励出好孩子》)





你的长处决定了 你的人生高度

□文/水木然



以前做人,总是越“宽”越好。那时我们总是竭尽所能的弥补自己短板。有很多人并没有特别明显的长处,却可以四平八稳,这种人在社会上蛮受欢迎的。

今后做人,却是越“精”越好。未来我们一定要充分的发挥自己长处。如果你依然是一个四平八稳、八面玲珑的人,很抱歉,你可能遭遇各种困境。

传统年代太注重竞争了,这种竞争性让组织、个人都被孤立起来,然后形成自己的内循环,这就迫使我们必须完善自身的系统。很多人都知道“木桶定律”,即:一只水桶能装多少水取决于它最短的那块木板,这也被称为“短板效应”。影射到一个组织,成员的能力都是优劣不齐的,而劣势部分往往决定整个组织的水平。影射到一个人,身上的性格和能力总是参差不齐的,而最弱势的部分往往决定了一个人的能力。这就提醒我们要不断发现自己短处,并弥补上它。

但是互联网时代更注重协作,在信息高效对接的帮助之下,人与人的协作效率越来越高,而合作的成本也越来越低。此时无论是人还是组织,都必须抛弃原来的“内循环”,主动参与到互联网构建的“大循环”里来。

所以表面上,人与人的独立性越来越高,甚至每一个人都是一个独立的经济体,但是由于这个“大循环”的存在,我们这个社会依然处于“大生产”状态。在这个“大生产”里,你贡献的是你的长处,而你的短处可以隐藏起来。大家各尽其才、各取所需。

让你的短处没有用武之地,让你的长处尽情展现光辉,这才是最理想的。互联网正在朝这个方向努力。

当大家都拿出了自己的长处,那么你的长处决定了你在大众中的层次,它也代表了你的事业高度。

今后的职业生涯发展中,最好的能力策略是:“一专多能零缺陷”,“一专”指让自己有一项专长非常非常强直至才干;“多能”指有可能多储备几项能力可以辅助使用;“零缺陷”指通过自身努力和对外合作,让自己的弱势变得及格即可。

弥补自己短处是一件很痛苦的事,很多人忙碌一生依然没有活出个所以然来。只有长处才能代表一个人存在的价值和意义。寻找长处,应该从兴趣开始找起。衡量的标准就是看你是否开心。发挥自己的长处,不仅自己会感到快乐,创造的社会价值也会更大。

以前我们活的太匆忙,根本没有机会去问自己内心:你做的事究竟是不是你的兴趣所在?而有的人即使发现了兴趣,但是迫于现实压力,依然还得埋头苦干。而今后兴趣才是你能量的源泉,它决定了你的职场定位。

那么短处存在的价值是什么?短处可以给我们带来自知之明,让我们更加深刻的认识自己。知人者智,自知者明。

千万不要再随波逐流了。竭力发现自己的长处吧。
(本刊编辑摘自《跨界战争》)

专
注
的
力
量

□文/邱红丽

美国的一位生物学家曾经拍到一组精彩镜头——有一种麻雀大小的鸟儿扑扇着翅膀,刚刚落在沙地上准备觅食时,潜伏在沙地里的蛇猛地窜了出来。鸟儿使用自己的爪子,一下又一下地拍击着蛇的头部。由于力量有限,蛇依然攻击不止。鸟儿一边躲闪着蛇,一边用爪子继续拍击着蛇的头部,其落点分毫不差。在鸟儿拍击了1000多次之后,蛇终于无力地瘫软在沙地上,再也动不起来了。鸟的力量的大小显而易见,生物学家唯一的解释就是,这种鸟儿经过长期的经验积累后,终于掌握了一套对付蛇的办法,那就是瞄准蛇头的一个点,长时间专注地去拍打。

日本一家著名餐厅创立于江户时期,距今已有260年。餐厅从来没有做过广告,在当今信息如此发达的时代也没有订餐电话。无论什么样的顾客,都要接受近乎一成不变的传统服务模式。

问餐厅老板:“你念过大学吗?”他回答说:“在京都大学学法律,以前做过律师。”

“为什么要放弃律师职业回到餐厅呢?”“我爸爸身体不好要我接班,我就回来了。”餐厅老板继续讲道,“我有两个女儿,大女儿是演员,小女儿还没结婚,但有一个没过门的女婿。”随后,他从厨房里叫来一个小伙子介绍说,“这就是我没过门的女婿,他就是餐厅的第十代接班人了。”

“这么好的餐厅,为什么不多开几家,像麦当劳、肯德基那样,不断做大?”餐厅老板回答说:“我的梦想很简单,就是要做全日本最好的日本料理。”

专注一点,不及其他,我们的古人早就认识到了这一点。孔子带着学生去楚国,途经一片树林,看到一个驼背老头儿拿着竹竿粘知了,好像是从地下拾东西一样,一粘一个准儿。孔子问道:“您这么灵巧,一定有什么妙招吧?”驼背老头儿说:“我是有方法的。我用了五个月的时间练习捕蝉技术,如果在竹竿顶上放两个弹丸掉不下来,那么,去粘知了时,它逃脱的可能性是很小的;如果竹竿顶上放

三个弹丸掉不下来,知了逃脱的机会只有十分之一;如果一连放下五个弹丸掉不下来,粘知了就像拾取地上的东西一样容易了。我站在这里,有力而稳当,虽然天地广阔,万物复杂,但我看的、想的只有‘知了的翅膀’。如果因万物的变化而分散精力,那又怎能捕到知了呢?”

在当今社会想要取得一点成绩,也许并没有想象中那么难。因为绝大多数的人都浮躁、懒惰、拖延、没有方向、好逸恶劳,只要我比他们稍微专注一点、努力一点、用心一点、多学一点、多做一点,就已经走到很多人前面了。

让沸腾的心静下来吧,专心于自己当下的选择。滴水穿石的故事,相信大家都知道,至柔的水,却穿透了石头,这就是专注的力量。

(本刊编辑摘自学海泛舟《哲理小品》)





读

懂

父

爱

□文/陆川

陆川,1971年2月8日出生于新疆奎屯,江苏南通人,先后毕业于南京解放军国际关系学院、北京电影学院导演系。中国导演、编剧、制片人,获2015中美电影节最佳导演、年度电影金天使奖,第七届欧洲万象国际华语电影节最佳导演、最佳影片奖。其父陆天明,著名作家,国家一级编剧。

父爱一直伴随着我,只是父亲的爱含蓄而深沉,用心良苦。当读懂父爱时,我已经30多岁了。

小时候,看到别的父子像朋友一样相处,我既羡慕又忧伤。

我在一个家教很严的家庭里长大,父亲陆天明在外人眼里很温和,但对我从小就严格。从我的童年到青年时代,父亲与我沟通的次数屈指可数,淡淡的隔阂像薄纱

一样,将我和父亲的心灵分隔在两个世界。

我从小酷爱文艺,梦想长大后能成为张艺谋那样的国际名导。高中毕业后,我准备报考北京电影学院导演系,但父亲坚决反对我的选择,认为我没有生活的积淀和感受,拍不出什么好电影,还自作主张地为我填报了解放军国际关系学院的志愿。父亲掐断了我的梦想,为此我对他有了怨言。

大学毕业后,我在国防科工委当了一名翻译。一次,我路过北京电影学院,发现海报栏里张贴着导演系招收研究生的简章,我沉睡的梦想再度被激活了。这次,我没有告诉父亲,就报考了导演系的研究生。入学考试时,电影学院一位教授是父亲的朋友,给父亲打去电话:“导演系研究生很难考,你不替儿子活动活动?”父亲断然拒绝了:“他行需要我活动吗?他不行拉关系又有什么用?”

虽然我以总分第一名的成绩被导演系录取,但父亲的“冷酷”还是让我心里很不舒服。我总觉得父亲有些自私,过分专注自己的事业,而忽视了我的发展。

几年后,我成为北京电影制片厂的专业导演,因为是新人,我整整3年时间没有导过一部电影。那时候,我整天无所事事,常常坐在街头,看着夕阳发呆。此时,父亲已

经写出了《苍天在上》、《大雪无痕》等颇有影响的剧本,我很希望父亲也能为我写一个剧本,再利用他的影响力为我寻找投资方。我委婉地暗示过父亲,但每次父亲都这样告诉我:“你是个男人,自己的事情自己解决。”想到别人的父亲想方设法为子女牵线搭桥,而自己的父亲却对我的事业不闻不问,心里有种难以言说的滋味。

2001年,我的事业终于迎来了转机,我导演的电影《寻枪》荣获国际国内10多项大奖。我满以为父亲会表扬我几句,谁知,父亲从电视里看颁奖典礼时,只是淡淡地说:“还行,但需要提高的地方还很多。”我回敬了父亲一句:“在你眼里,我永远成不了气候。”因为话不投机,我与父亲吵了起来,很长时间谁也不搭理谁。

2004年9月,就在我执导的电影《可可西里》进行后期制作时,我年仅55岁的姑姑、著名作家陆星儿患癌症在上海去世。这给亲人们带来了巨大的悲痛,特别是父亲,他从小与姑姑感情很深,仿佛一夜之间,苍老了很多。

料理完姑姑的后事,我陪着父亲回到北京,此时再看父亲,那个威严、冷酷的男人竟那么瘦弱无助,我内心五味杂陈……见父亲头发乱了,我打来热水为他洗头发。这一平常举动,竟让父亲老泪纵





横：“孩子，从小到大爸爸对你很严厉，你也许觉得爸爸很冷酷，但爸爸从来都把你的每一步成长放在心里。溺爱和纵容孩子，是一个父亲最大的失职……”

父亲的话让我的眼睛湿润了。母亲告诉我：“你在青藏高原拍摄《可可西里》时，你爸爸听说你患上了严重的高原病，累得吐血，因担心你，整夜睡不着，一说起你就泪流满面。”原来父爱一直伴随着我。

2009年4月16日，我呕心沥血4年拍摄出的史诗电影《南京！南京！》在央视电影频道举行首映式。记者现场连线远在上海养病的父亲。4年来，父亲知道我数次阑尾炎发作，晕倒在片场；知道我冒着零下30度左右的严寒，一拍摄就是10多个小时……在显示屏上，我清晰地看到父亲嘴唇哆嗦、老泪纵横，几度哽咽难语：“孩子，4年来你受的苦，我和你妈都看在眼里。”我有太多的话想对父亲说，可又不知从何说起，只是向父亲深深地鞠了一躬……

这些年来，我一直有个心愿，想与父亲合作一部戏。前不久，我把自己的想法告诉了父亲，父亲高兴地说：“孩子，咱们来个约定：爸爸给你写剧本，你要答应爸爸一个条件，把个人问题尽快解决好。”我们父子俩的手紧紧握在一起，我的心头奔涌着激动和幸福……

（本刊编辑摘自《中国国门时报》）

多花时间陪孩子。培养感情是需要时间和精力投入的，如果你能陪在孩子身边，和他们一起玩乐，听他们说话，他们会记住你的爱，感激你的付出。如果你总是很忙，无论你有何借口，孩子们都会觉得被忽视。

以身作则。一个好父亲会从点滴小事中给孩子展示什么是诚实、谦逊与责任，让他们明白这才是生命中最重要品德。

全家一起做饭吃。现今，做饭不再只是妈妈的义务，父亲也要学习烹饪，同妻儿共享其中的乐趣。餐桌也是全家交流的好场所，孩子们可以谈谈自己的生活，家长也可以赞美他们并给出建议。

经常赞美孩子。男性通常不太擅于表露情感，但事实上孩子很在乎大人的关注和赞赏。多表达对孩子的喜爱，哪怕只是一个拥抱、拍拍后背、亲亲脸。

尊重孩子的母亲。无论你们夫妻关系如何，都应该给你的妻子以应有的尊重。父母的行为对孩子会形成潜移默化的影响。你和妻子之间的相互尊重会直接影响到孩子日后的择偶观。

定下规矩，奖罚分明。现代育儿观念的一大误区是，很多父母与孩子之间没有明确界限。父母应该给孩子立下明确清晰且奖罚分明的规矩。既让孩子懂得了“无规矩不成方圆”，又能让孩子感受深深的父爱。

做个亲切有耐心的老师。家长是孩子的第一任老师，也是孩子的最好老师。从孩子很小时，就要耐心倾听他的想法和难题，从日常事例中教给孩子基本生活经验。

给孩子读书。书本是激发孩子想象力的最佳选择。从孩子很小的时候开始，就可以读故事给他听。培养其阅读兴趣有助于改善个性及促进身心发展。

（本文摘自《blissfamily》博客）

孩子需要这样的『好爸爸』

□文/吴民





著名数学家华罗庚提倡学习要有两个过程:一个是“由薄到厚”的过程,另一个就是“由厚到薄”的过程。前者指的是学习要积少成多,循序渐进,这仅仅是学习过程的第一步;如果仅停留在这个阶段,学习就不会有大的进步。重要的是第二步,即在“由薄到厚”的基础上,必须再返过来,“由厚到薄”。

那么,如何将“厚”书读“薄”呢?一本书,当未读之前,你感到就是那么厚;在读的过程中,如果你对各章节又作深入探讨,在每页上加添注解,补充参考资料,那就会觉得更厚了。但是,当我们对书的内容真正有了透切的了解,抓住了全书的要点,掌握了全书的精神实质以后,就会感到书本变薄了。越是读得透切,就越有薄的感觉。华罗庚的体会是:“在对书中每一个问题都经过细嚼慢咽、真正懂得之后,就需要进一步把全书各部分内容连串起来理解,加以融会贯通,从而弄清楚什么是书中的主要问题以及各个问题之间的关系。这样,我们就能抓住统帅全书的基本线索,贯穿全书的精神实质。”这就

华罗庚的“厚”“薄”阅读法

□文/石林

是说,必须站得高一点,对所读的书的内容进行分析、比较、归纳、综合,把原来很厚的一本书提炼成几组公式、几个观点、几种方法等等。这样一来,既高度概括总结了全书的精彩内容,又便于识记本书的重点。

华罗庚还有“设想阅读”的经验。他勉励青年们在寻求真理的长征中,要不断地学习,勤奋地学习,创造性地学习。

华罗庚是从自学开始,而后走上成才之路的。他说,应当怎样学会学习呢?我觉得,在学习书本上的每一个问题、每一章节的时候,首先应该不只看到书面上,而且应当看到书背后的东西。究竟要看到背后的什么呢?华罗庚进一步做了解释:对书本的某些原理、定律、公式,我们在学习的时候,不仅应记住它的结论,懂得它的原理,而且还应该设想一下人家怎样想出来的,经过多少曲折,攻破多少关键,

才得出这个结论的。同时还不妨进一步设想一下,如果书本上没有做出结论,自己设身处地,应该怎样去得出这个结论。这就是说,读书不仅要知其然,而且还要知其所以然;不仅要懂得结论,而且还要了解结论是怎样得出来的。一般人学习容易犯急躁的毛病,拿起一本书,几下子就看完了,实际上并没有读懂,应用的时候才发现吃了夹生饭,不能运用自如。学习应该像华罗庚所说的那样,多做几个设想,深追穷搜,找出书“背后”的东西。这样学习虽然慢些,但却能收到良好的实效。

人物简介:华罗庚(1910—1985)江苏金坛人,我国著名数学家。他善于自学,曾任清华大学教授、中国科学院数学研究所所长、中国科学院副院长等职。

(本刊编辑摘自《中国读书大辞典》)





一本世界名著浓缩成一句话

□文/羽柴筑前

◆认识自己的无知是认识世界的最可靠的方法。

——蒙田(法国)《随笔集》

◆幸福的家庭是相同的,不幸的家庭各有各的不同。

——列夫·托尔斯泰(俄国)《安娜·卡列尼娜》

◆一个人并不是生来要被打败的,你尽可以把他消灭掉,可就是打不败他。

——海明威(美国)《老人与海》

◆世界上有这样一些幸福的人,他们把自己的痛苦化作他人的幸福,他们挥泪埋葬了自己在尘世间的希望,它却变成了种子,长出鲜花和香膏,为孤苦伶仃的苦命人医治创伤。

——斯托夫人(美国)《汤姆叔叔的小屋》

◆人与人之间,最可痛心的事莫过于在你认为理应获得善意和友谊的地方,却遭受了烦扰和损害。

——拉伯雷(法国)《巨人传》

◆美德犹如花香,经燃烧或压榨而其香愈烈;幸运最能显露恶德而厄运最能显露美德。

——培根(英国)
(《培根论说文集》)

◆我们经历着生活中突然降临的一切,毫无防备,就像演员进入初排,如果生活中的第一次彩排便是生活本身,那生活有什么价值呢?

——米兰·昆德拉
(捷克裔法国作家)《生命中不能承受之轻》

◆他发现了人类行为的一大法则,自己还不知道——那就是,为了使一个大人或小孩极想

干某样事情,只需要设法把那件事情弄得不易到手就行了。

——马克·吐温(美国)《汤姆·索亚历险记》

◆对有信仰的人,死是永生之门。

——弥尔顿(英国)《失乐园》

◆有一个传说,说的是有那么一只鸟儿,它一生只唱一次,那歌声比世上所有一切生灵的歌声都更加优美动听。

——考琳·麦卡洛(澳大利亚)《荆棘鸟》

◆在甜蜜的梦里,人人都是平等的,但是当太阳升起,生存的斗争重新开始时,人与人之间又是多么的不平等。

——阿斯图里亚斯(危地马拉)《总统先生》

◆开发人类智力的矿藏是少不了要由患难来促成的。

——大仲马(法国)
《基度山伯爵》

◆离你越近的地方,路途越远;最简单的音调,需要最艰苦的练习。

——泰戈尔(印度)
(《泰戈尔诗选》)

◆我听见美洲在歌唱,我听见各种不同的颂歌。

——惠特曼(美国)
(《草叶集》)

◆不要向井里吐痰,也许你还会来喝井里的水。

——(前苏联)肖洛霍夫
《静静的顿河》

(本刊编辑摘自中国大学生在线)





寻找自己最热爱的事情

□文/郑人元

接到一个妹妹的电话,她刚查到了高考成绩,问我填志愿该填什么专业,她爸爸说金融工程好,以后去银行就业,收入稳定,要不要报金融工程?我怎么告诉她呢?

我们的教育就是这样,中学时代的孩子不知道各个专业到底是什么意思,社会上各种职业到底意味着怎样的工作状态,他们到底擅长什么、对什么感兴趣、终生的追求是什么……于是就在高考分数出来之后的某个晚上在饭桌上和家长合计了一下,就胡乱报个金融、报个计算机、报个会计……可是这么重要的事情,怎么可以在饭桌上花一两个小时决定呢?我把我在美国四年本科学习后对教育的感悟写下来,希望对他们有所帮助。

做自己想做的事情

我首先问她:“你想做一个成功的人吗?”她迫不及待地说:“想!”我说:“那我告诉你,所有成功的人,无一例外,都在做他们感兴趣的事情。如果你不喜欢金融,但是觉得金融好就业就填报金融,那大学四年会非常难过,工作之后会觉得压力特别大,生活质量也不高……但如果你认为自己真心热爱画画,可以不知疲倦地研究地图,谈到各种美食的烹饪方法就眉

飞色舞,那你就应该去学美术、地理或者烹饪,并且很可能会取得了不起的成就。哈佛大学校长 Faust 曾在毕业典礼上说:“你可以选择你的退路,但人生很长,先去做你最热爱的事情,不要一开始就选择退路。”

独立思考自主选择

每个人的父母都会不知不觉地把他们认为最正确的一套是非观和为人处事的办法教给孩子,结果孩子们完完整整地接受了父母的思维方式,这是很多人一辈子碌碌无为的最主要原因。

我认识的大多数同龄人,都处在父母粗暴的人生规划之下,从小学到中学哪里上学是父母决

定的,选什么专业上什么大学是父母决定的,大学毕业马上读研究生或者考公务员是父母决定的,跟哪个女生男生在一起也是父母决定的……人生到底还有多少是自己的?

对于父母的建议,很多当然都是宝贵的人生经验,但不要在自己独立思考判断之前就全盘照收,除非你不想发展得更好,只想复制你父辈的人生轨迹。父母永远都是为你好,但是父母并不一定知道什么选择对你最好。作为司机的你,作为棋手的你,必须经过自己的思考,自己手握方向盘、自己谋划大的棋局,而不是和父母一起握着方向盘、在争吵声中落棋……

(本刊编辑摘自《中国教育报》有删节)





做一个好听众

随着年龄的增大,许多青少年认为坐下来同父母细诉衷肠是一件很别扭的事。而对于父母来说,必须设法让子女觉得那样做是很自然的,其诀窍就是要让家里时时有一种“聆听的气氛”,这样孩子一旦遇上重要事情要跟人商谈,自然会来找你。要达到这个目的,其中一个好办法就是经常抽空陪伴孩子并做一个好听众,而晚饭是全家共聚的好机会。可惜这一点往往被一些父母忽视。同时,现在已经有越来越多的青少年很少同父母一起吃晚饭。父母如果每天晚饭时肯留心听儿女说话,会让儿女觉得自己受重视,而创造这样的“聆听气氛”会很有效。

学会与子女平行交谈

用平行交谈的方法跟青春期的儿女谈话往往能引起热烈的反应。所谓平行交谈,即父母与子女一起从事一些普通活动时进行交谈。一位父亲就很会利用这样的机会:“我常常和14岁的儿子在清晨打羽毛球,那时候我们往往谈起某

位老师或学校里发生的某件事情,但都只是随便聊聊,不是严肃的讨论。我发现儿子很喜欢这种形式的谈话,从这种活动中我也较好地了解到儿子的情况。”

只做顾问不做“指导员”

有时父母提出的意见即使很好,孩子们也不喜欢,因为他们需要的不是“指导员”,而是顾问——只会细心地聆听,协助他们做出抉

家长如何走进孩子的内心世界

□文/董进宇

择,不是插手来干预他们的事情而是建议他们改弦更张。要是孩子把事情搞砸了,不宜直接干预、批评,父母应该协助子女仔细检讨这件事,青少年往往能自行想出叫人拍案叫绝的解决方法。

把要说的话写下来

很多专家建议,做父母的把不

想直接向子女说或可能不中听的话写下来。因为把话写下来,你的话就会显得很有分量,白纸黑字更加可信,而且可以一看再看。有一位美国的母亲发现她14岁的女儿已经开始同男孩子约会了,她想向女儿强调性爱可能引起的危险后果,但是每次刚刚开口,女儿就不耐烦地说:“这些我早就知道了。”于是这位母亲就写了封信给女儿,她在信中细说了她的忧虑,还说她知道自己不能对女儿凡事都要过问,然后她把信放在了女儿的床上。三年后的一天,女儿突然对母亲说,“那封信影响了我”。

不要无所不问

青少年通常不会把很多有关自己的事告诉父母,如果你的孩子也是这样,你应该把孩子告诉你的任何事情都视为礼物,加以珍视。曾有一位身为人母的同事,有一天她15岁的女儿回家后就抽抽搭搭地哭泣,但没有告诉她原因。于是她陪女儿坐在沙发上搂着她,过了一會兒,女儿就走出房间不哭了。那位母亲始终不知道女儿为什么哭,但她明白那一天女儿需要的不是自己的提问而是慰藉。

对刚刚进入青春期的青少年进行教育,是一个需要不断与之进行对话的过程,要不断地重新调整与孩子间的关系,要进行坦率的沟通。而对于天下所有为人父母者来说,看着自己的儿女慢慢地成长,学会自己解决问题,这就是最大的安慰。

(本刊编辑摘自新浪博客,作者系中国著名亲子教育专家,吉林大学法学院教授。)



德国最好的大学是哪一所

□文/杨照



不好意思,这个问题三言两语没法说清楚。或许就连地地道道的德国教授也没法回答上来。

没错,美国有哈佛、耶鲁、普林斯顿等常春藤盟校,英国有牛津、剑桥还有像伊顿那样的菁英中学,日本也有公立的东京大学和私立的庆应大学。那么德国有什么?中国大陆包括台湾特别喜欢炒的全世界大学排名新闻,曾经有德国大学牵涉其中吗?

事实上,德国没有这种公认最好的大学。当然,这并不是因为德国没有好大学,而是德国在政策上不鼓励、不强调大学的纵向排名竞争。德国社会的整体发展主轴,跟中国人习惯的不太一样,并非垂直上下,而是水平均衡分散。德国的城市,除了少数如法兰克福、汉堡之外,基本上没什么高楼。作为下萨克森州首府的汉诺威,整座城市竟然只有一栋超过 20 层楼的大

楼,让人不可思议。

放眼四海,若以各国通行标准来衡量,德国也没有什么真正的“大城市”。因为从社会价值上、从政策安排上,德国都一向反对集中,努力防止集中。阻止城市过度集中的发展,如此就不会有城市土地资源求过于供的情况,炒作房价的情况(高税率遏阻和法律禁止)。

同样的原理,也运用在教育资源的利用上。集中凸显部分“名校”,必然意味着“名校”学位求过于供,也就必然炒高了名校及其学位的价值,逼着许多人愿意付愈来愈高的代价,拼命挤进“名校”。从德国的教育理念来看,挤“名校”和抢城市地段一样,都造成双重浪费——将过多的资源耗费在争取“名校”和城市商业土地,另一方面,使得其他非名校学位、非精华地段土地无法获得充分利用与均衡发展。

均衡、分散的好处,远远超过

不均、集中。要能享受这种好处,唯一的方法,就是从根本上改变纵向排名的习惯。各个地方的土地,有不同区域,有不同特色,供不同的人依照不同的标准去选择,而不是线性地排出哪个区域比哪个区域“有价值”。不同的学校,从职业技术学校到应用型大学或者研究型大学,也都有各自不同的特色,提供不同性质的教育内容,真正的状况是种类不同,有的是苹果,有的是橘子,不是程度不同,绝对无法用单一的、同样的标准来衡量、来排序。

在德国,没有人会问:柏林大学和海德堡大学哪一所比较好,汉诺威大学和莱布尼兹大学哪一所比较好。并不是说他们不比较,而是他们清楚:无法用这么宽泛笼统的方式来比较,更不可能有固定的比较答案。比较是多元、个人层次的事,每个人对于教育有其不同的需求、想象,还加上每个人不同的现实考虑,你的比较答案和他的比较答案,怎么可能是一样的呢?又何以取得一份简单的学校排名?

(本刊编辑摘自《南方周末》)





国外家庭教育,他们的着眼点是培养孩子具有适应各种环境和独立生存能力的社会人,基于这种观念,很多家庭都十分注重孩子从小培养和自身锻炼。一个良好的习惯,往往让孩子受益一生。

英国人:让孩子有失败的经历和机会

孩子做某件事失败了,英国人的观念不是索性不让孩子去做或干脆包办了,而是再提供一次机会。比如孩子洗碗将衣服浸湿了,就指导孩子再来一次,教会他避免失败的方法。英国人倡导父母和孩子一起读书。许多学龄前儿童都是在父母讲述的美妙故事陪伴下进入梦乡的。

德国人:让孩子与大人争辩

德国人认为“两代人之间的争辩,对于下一代来说,是走向成人之路的重要一步”,因此,他们鼓励孩子就某件事与父母争辩,自由发表自己的意见。通过争辩,孩子觉得父母讲正义、讲道理,他会打心眼里更加喜欢你、爱你、尊重你。你要孩子做的事,他通过争辩弄明白了,会心悦诚服地去做。你有难题,

孩子参与争辩,也能启发你。

美国人:让孩子制定一个家务劳动计划

美国父母教孩子做家务,每周一次贴出要干的家务劳动内容。将某一特定任务指定某一孩子去干,确定完成任务的期限;轮流干某些活儿,让每个孩子都有机会去做有兴趣或最容易干的工作;检查孩子的完成情况,使孩子因自己的劳动而产生一种完成任务的成就感。

加拿大人:让孩子学会玩耍

在家里孩子们很少有家庭作业,没有父母关于学习的喋喋不休,他们注重的是孩子能整天轻轻松松,做游戏、玩玩具,在玩耍中学书本上学不到的知识。

日本人:让孩子独立自主

为了增强儿童的生活自理观

念,家长有意识地让儿童学会判断是非,作出选择,如去商店购买玩具,家长事先会定出一些金额,让孩子自行决定买什么;家里准备外出旅游,也会征求一下孩子的看法。日本孩子上了初中后,能够独立上街购买衣服,而且还会货比三家,精打细算。

犹太人:让孩子早知书本是甜的

在每个犹太人的家里,当小孩子稍微懂事时,母亲就会翻开《圣经》,滴一点蜂蜜在上面,然后让小孩去吻《圣经》上的蜂蜜。这个仪式的用意不言而喻:书本是甜的。古时候犹太人的墓园常常就有本书,说是在夜深人静时,死者会来看书。这种做法有一定的象征意义,即生命结束有时刻,求知却无止境。

(本刊编辑摘自好父母网)

国外家庭教育片段

□文/灵芝





情绪不是你的敌人

□文/杨眉



以往人类对自身缺乏了解,只看到情绪造成的消极影响,因而把情绪当做自己的敌人。最极端的大约要算17世纪时的西方哲学家斯宾诺莎,他视情绪为“人性的枷锁”,并提倡“控制”甚至“消灭”情绪。

现在看来,这显然是不科学的。情绪不可能被消灭和控制,只能调节。那么,究竟该怎样对待情绪呢?

首先,要接纳并体验自己的情绪。不要再无视情绪,更不要与情绪为敌,要主动去认识、了解并体验自己的情绪,学习主动增加并积累积极的情绪体验,这有助于我们保持良好的心情和工作状态。

对于负面情绪也一样。因为负面情绪同样具有重要的适应价值。痛苦是受创后的解毒剂,恐慌是面

临危险时的信号,内疚则能使我们不再犯同样的错误。所以,面对负面情绪也要坦然接纳并体验,然后再想办法采取建设性方式解决问题。

其次,要学习管理自己的情绪。情绪的管理就是对情绪的关照、引导与调节,包括:学会自己的情绪。好的情绪要与人分享,糟的情绪要与人分担,这有助于我们增加对情绪的敏感度并加深自我认识和把握。负面情绪的表达尤其重要,它不仅有助于我们缓解当时的紧张,而且可以避免坏情绪的积压。在表达负面情绪时要注意一个原则:就事论事,对事不对人。

要学着引导过度情绪。任何事情都有其适应价值,只要适度就好。但生活是如此复杂,人难免会由于各种内外刺激而产生过度的

情绪反应。这样的时候要能及时感觉并学习为情绪找一个恰当而安全的宣泄渠道,例如痛苦时要找人诉说,让情绪及时得到缓解。

不在情绪冲动时决策。因为情绪冲动时人很难做出高质量的决策,当然,情况紧急时只能例外,而且对有的人来说,急中还能生智。

遇到问题时先处理情绪,再处理问题。很多人遇到问题时会“心乱如麻”,或“不知所措”,这样的时刻,先不要管问题,先要想办法把自己的情绪调节好了,然后再去考虑问题的解决。如果本末倒置,把处理问题放在首位,那就会影响决策的质量,因为情绪先行,情绪缓解或变好了,对问题的思考才能周密。

对自己处理不了的情绪,要懂得寻求心理医生的帮助。心理医生受过专业训练,有一套成熟而有效的健康的助人方法,必要时向他们求助,可以使我们在最短的时间内走出情绪低谷。

心理健康的标准之一是情绪健康。尽管人人都会有情绪波动的时候,但只要我们善待情绪,就能有效预防心理疾病并充分享受情绪带给我们的五彩生活。

(本刊编辑摘自中安网)





又是一阵巨响。

楼上不时弄出很大动静,是邻家男孩在跟他妈吵架。时光溜得飞快,前几年虎头虎脑的小鲜肉,转眼已上中学,下巴还悄悄钻出青黢黢的胡茬儿。尖叫、摔门、砸东西,伴随着快步跑下楼的咚咚声,那些母子俩手牵手的暖心画面许久不见了。

听过不少吐槽,都说青春期的孩子最难搞,小天使变恶魔,这似乎是每个人成长过程中必然经历的。所谓疼痛青春,痛感之一就是亲情的疏离、隔阂甚至撕裂。修复得好,就像树皮上的一块疤,作为成长印记而存在,并不阻碍迎向阳光枝繁叶茂;修复不好,可能就是心底一块疤,暗伤隐隐作痛,不定期发作,即使成年之后也会痛痒交加。当然,家里的“战争”一直都有,只不过由于青春的阵痛,格外激烈。

生活很累,每个累了的人都需要一个情绪垃圾桶。一项心理学调查说,大部分男人对老妈发火最多,大部分女人对老公发火最多,离异者对孩子发火最多,没有了母亲的男子甚至会跟桌子凳子发火。

我自己也有类似感觉,越是对亲近的人,越控制不住恶魔的一面。为什么我们在人前谦和客气,贤淑知礼,却总是忍不住把最坏的脾气砸向最亲爱的人,对伴侣挑三拣四,对孩子粗暴发火,对父母看不顺眼?

大家都听说过踢猫效应。老板批评了员工一顿,员工心里窝火,回家看见儿子调皮,正好一顿臭骂;儿子当然郁闷,狠狠踢了猫一脚;猫冲到街上,恰巧遇上一辆车,司机为了避让,不偏不倚撞上了过



马路的老板。

我们都是踢猫效应生物链上的一环,在接收别人坏情绪、传递自己坏情绪的过程中,受着伤,也伤害着别人。

人永远是几害相权取其轻,能够零成本发火或低成本发火的人,也就那么三两个,他(她)们,必须是你感情和生活的核心成员——今天吵完架,明天还得一张桌吃饭;对他狮吼“走开”,真走了你立刻担心外面下雨他没带伞;刚狠狠骂一顿,看着他(她)小星星般的眼睛,心里立刻岩浆融化怜惜万分;还有,无论你再嫌她唠叨、守旧、抠门,深夜回家,暖白灯光下她还是像多年前一样等着你……因为熟稔、亲密,所以无所顾忌。

无所顾忌,不代表被伤害者麻木无感;轻易原谅,不代表感情完好毫无痕。

有个金句这么说:情商最高的行为,就是对最熟悉、最亲切的人,依然能保持尊重和耐心。妥善管理自己的情绪,不让脾气的炮火轰炸到最亲爱的人,也是人生的一种修为。

别把最坏的情绪

留给最爱的人

□文松果

所以,拥有情感的“备胎”很重要,这备胎并不是人,而是事物——可以是职业,可以是才艺、读书、旅行……在这些亲子、夫妻、情侣等等关系外的“备胎”上多倾注一点热情,遇到负能量超标时,它们可以成为你减压的秘密花园。当注意力不局限于那百十平米的小战场时,拥有更开阔思维、更散淡心境的你,就不会沦为乱发脾气的人。

(本刊编辑摘自搜狐网)



方法与效果

□文任方圆

ABC

A

儿三岁。无故大哭,我问:

“咋了,哪不舒服?”

“没有不舒服。”

“那为什么哭?”

“就是要哭!”明显撒娇。

“好吧,你要哭我们都没意见,可是你在这儿哭不合适,会打扰我们说话的,爸爸给你找个地方,你一个人好好哭,哭够了再叫我们。”

说完将儿关进了洗手间:“哭完了敲门。”

2分钟后,儿拍门:“爸爸,爸爸,我哭完了。”

“好,哭完了?哭完了就出来吧。”

至今,儿18岁,仍未学会操纵和迁怒。

B

儿8岁,顽皮,与大同学打架。伤痕累累,回,大哭不止。

“委屈?”

“委屈!”儿泣答。

“愤怒?”

“愤怒!”儿嚎啕。

“你打算怎么办?”再问,“需要爸爸为你做些什么?”

“爸爸,我要找块砖头,明天从背后去砸他。”

“嗯,我看行,爸爸明天为你准备砖头。”继续问,“还有呢?”

“爸爸,你给我弄把刀,我明天从背后去捅他。”“好!这个更解气,爸爸这就去准备一下。”我上楼。

理解支持,儿渐平静。约20分钟,我从楼上搬来一大堆衣服及棉被。

“儿子,你决定了吗?是用砖头,还是用刀呀?”

“但是,爸爸,你搬那么多衣服被子干吗?”儿困惑。

“儿子,是这样的:如果你用砖头砸他,那么警察就会把我们带走,在监狱里大概只要住一个月,我们就带些短衣薄被就可以;如果你用刀子捅他,那么我们在监狱里至少3年回不来,我们可要多带些衣服被子,四季都要带齐。”

“所以,儿子你决定了吗?爸爸愿意支持你。”

“要这样的?”儿惊愕。

“是这样的,法律是这样规定的。”我趁机普法。

“爸爸,那我们就不干了吧?!”

“儿子,你不是很愤怒吗?”

“嗨嗨,爸爸,我已经不愤怒了,其实我也有错。”儿脸红。

“好,爸爸支持

你。”

自此,儿学会了选择和代价。

C

儿9岁,四年级,数学不及格,闷闷不乐。

“怎么了?考试不及格,还给我们脸色。”

“因为数学老师很讨厌,她的课不爱听。”理直气壮。

“哦,怎么个讨厌法?”我很感兴趣。

……儿说了很多,“总之她也不喜欢我。”

“哦,别人喜欢你,你就喜欢她;别人不喜欢你,你就讨厌她。这说明你是个主动的人还是被动的人?”

“是个被动的人。”儿子回答。

“是强者,还是弱者?是大人,还是小人?”继续问。

“是弱者,是小人。”儿怯怯。

“那你要做大人,还是小人?”

“做大人。爸爸,我知道了:无论老师喜不喜欢我,我都可以去喜欢她,尊敬她,主动影响她,做一个强者。”

翌日,儿开心上学,数学从此优秀。并知道了何为大人,何为小人。

(本刊编辑摘自爱微帮)





就这样考上北大

□文/郭瑞芳



女儿潘正以 654 分的成绩如愿考进梦想中的北京大学经济学院,我们一直紧绷的神经,在那年夏天一下子松弛了下来。闲暇时不由地想:作为家长,我们是怎么陪伴孩子成长,共同走过这十几年岁月的呢?

愉悦的心境

从孩子出生到高考,我们坚持了安静、统一、快乐的生活态度,与孩子共同成长。

夫妻的教养观念一致,是孩子成长的必要条件。我们夫妻从来没有因为孩子的成长话题争吵过,而且家里的事情,在孩子小的时候,每个人都有决定权,谁对听谁的。我们注重与孩子交流和沟通,从不给孩子增加学习压力,没有打骂,没有处罚。

记忆中,在学前的几年,家里凡是女儿够得着的墙面、门窗等处,全部被涂得七彩堆积,有数字、文字、金刚葫芦娃、足球小子、小鸭子等,图像和文字互相交织,层层叠叠。每当她涂鸦的时候,嘴里还总念念有词,我们就和孩子

一起猜测她画出来的形象在想什么,跟随她的心理活动,共享快乐。这样的心理互动一直持续到高考。

在学习中负起责任

孩子在小学阶段的学习和生活,是积极、活泼的。在这个阶段保护孩子的上进心和自尊心,比什么都重要。

有一件事是老师总是要求家长在学生作业本上签字。签过几次以后,我把自己的印章交给孩子,告诉她完成作业以后,自己盖上章交上去。过了一段时间,得知孩子作业质量有所下降,孩子也把印章还给我。我问为什么?孩子说自己管不好印章,老师都批评了,不让盖章,说家长不签字是偷懒。我想了想,对孩子说,你已经明白了老师让家长签字的目的,我还是把印章给你,你还是自己盖章,不签字,相信你一定能管好用好印章。孩子又接过印章,激动地掉了眼泪。从那以后到高中毕业,孩子完成作业从来不打折扣,非常认真主动,而且完成质量很好。

坚持自己的学习方式

孩子在中学阶段的学习和生活,既轻松又高效。轻松是说她没有心理压力,师生关系和谐,心态自如。高效是指摄取知识主动、多元,家庭关系密切。

女儿平时轻松愉悦,嘻嘻哈哈,可一旦学习起来效率很高。在分析两次模拟考试的家长会后,老师都直接告诉我说,你女儿贪玩。女儿则委屈地流下眼泪:老师凭什么说我贪玩?她真的了解我怎么学习的吗?我们就给孩子打气,鼓励她坚持自己的学习方法,因为每个人的学习习惯不同,学习效果不同,方法多种多样,不一定要统一。同时,和孩子一起分析学习中的薄弱环节,研究解决办法。

一般说来,孩子的成长是全方位的,道德品行要端正、社会交往要自信、学习要扎实、身体要健康等;我们的特点就在于多方面紧密结合,努力提升,最后梦想成真。

(本刊编辑摘自《就这样考上北大》)



复旦大学物理系教授侯晓远,是教育部“长江学者奖励计划”特聘教授、国家杰出青年基金获得者。关于如何教育孩子,除了理论构建,侯教授在实践中形成了许多独特有效的方法。

案例一:孩子犯了错误 父母不要一直唠叨他

案例:七八年前,物理系有一个年轻的女教授说,孩子犯错了我总是说他,可是不管用,孩子爸爸也不管,怎么办?

侯教授:问题出在妈妈身上。为什么这么说?古代有个词叫“严父慈母”,母亲管养,父亲管育。现在变成了“慈父严母”,现在大多数家庭都是,妈妈管得多,父亲不怎么管。

遇到问题的时候,母亲喜欢情绪化表达,感觉自己在尽责任,还怪罪父亲不尽责任,无动于衷。母亲说得太多,孩子会慢慢疲掉,练出一种自我防御机制,对母亲的话充耳不闻。说得太多,反而剥夺了孩子独立思考、反思的空间,会加重孩子的逆反心理。

案例二:给游戏成瘾的孩子立规矩 给他一定的讨价还价的空间

案例:有一个家长提出,他的

孩子快上初中了,现在游戏成瘾,不知该怎么办。

侯教授:一个办法就是跟孩子定协议,控制他的游戏时间,并给他一个选择,并不完全禁止游戏,但是对游戏时长作出规定:一旦超出时间,需要达到额外条件,比如成绩上会有更高要求。实际有多种方案可以选择,最好能给孩子一定的讨价还价的空间。

案例三:在孩子的心里“埋种子”引发他们的科学好奇心

案例:如何让孩子对学习有好奇心?利用学校的优势,侯教授搞

了一次物理演示实验,让家长们带孩子来看。

侯教授:这个实验是这样:有两个球,看似一样,其实一个重一个轻。问孩子们,一松手,球落地是不是有先后?大多数孩子都知道,差不多同时落地。然后到了展示“魔法”的时间,我对着重的球吹一口气,然后把球放到两个一样的管子里,管子也没有吸引力。一松手,轻的球和原来一样,啪地就落地了,那个重的球,则是缓缓落下。我会告诉大一点的孩子,等到学了高中物理,就大概能明白其中的原理,要彻底明白,则要进大学以后。这种办法,我称之为“埋种子”,会引起孩子对科学的好奇心。

案例四:有意制造一些小的挫折 让孩子“能上能下”

案例:见多了名校学习成绩好,但没有与年龄相应的心智的孩子。

侯教授:女儿有一天问:为什么你们从来没有因为成绩责备过我,更别提打我?别的同学要是成绩不好,回家是要被打的。在这种家庭氛围下成长,女儿对成绩确实没那么看重。到了小学高年级的时候,她被选为大队长,在班队活动中投入了过多的时间和精力,以至于影响了学习。我们和老师沟通之后,巧妙地拿掉了女儿的大队长职务。从“三道杠”变回“两道杠”,女儿一度非常失落,很长一段时间都不愿意戴“两道杠”。我反倒内心暗暗窃喜。让女儿受一点小小的挫折,比起一帆风顺的成长,孩子的抗挫力会更强。

(本刊编辑摘自《钱江晚报》)

家教案例分析

□文 侯晓远





袁隆平父母望子成“农”

□文/晏满

袁隆平，1930年9月1日出生在庐山脚下山清水秀的小县城——江西吉安，兄弟五人，他排行第二，属马，被称为“调皮的小马驹”。少年时他经常闯祸遭罚，做事又显得笨手笨脚。父母想训练和调动他的积极性，要他帮助拿碗，碗却摔破了；要他拿杯，杯掉到地上。



但是父母不因为他摔坏了东西便停止差使他，相反更频繁地让他参与。他好奇心特强，有什么问题必追根究底，父母往往不厌其烦地给予解答。母亲贤惠善良，酷爱花卉。母亲伺弄花卉的时候，“小马驹”在一旁手忙脚乱地“帮忙”。他爱动脑子，感兴趣的必亲自体验。比如第一次看到荞麦粉，他想弄点尝尝，结果弄得成了个白粉人；看到木匠钉钉子时嘴衔铁钉，他也拿一个衔在嘴里，一个跟斗，铁钉掉进肚子，送到医院才取出来。袁隆平7岁时随父母逃难乘船渡浣江时，被四弟不小心碰了一下掉入江水，幸被船工救起，于是他下决心一定要学会游泳。到重庆后，去长江边照图例一步步练习分解动作。一个暑假下来，仰泳蛙泳来往直如，后又学自由泳，10岁时能横渡长江。他还参加游泳比赛，出人意外地获得“汉口赛区一百米、四百米自由泳第一名”。他从小就是这样，一旦认定目标，就百折不回，不达目的誓不罢休。

读中学期间他好学勤思，成绩优异，志趣高远，爱好广泛，课余博览群书，思维比一般同学敏捷活跃。他喜欢从不同角度思考问题，喜欢提问，琢磨为什么。这种寻根究底的执著在以后的科研中起了至关重要的作用。

多年后，同行们引用学术用语与他开玩笑：“袁教授，你有那么多常人没有的优点，是不是远缘杂交造成

的？”袁隆平回答：“差不多吧，母亲江苏人氏，父亲江西人，个性不同，父亲小聪明多，母亲聪慧善良。”这虽然是说笑戏言，但事实上他确实从父母身上得到了丰厚的给养。

父亲袁兴烈是一位正直爱国的知识分子。当年平汉铁路被日寇占领，

他毅然投笔从戎，参加了冯玉祥将军领导的西北军，在抗日烽火中成了上校秘书，抗战胜利后在南京政府中任侨务科长。这给了袁隆平深刻的影响，他有了立志报效祖国的宏愿。他在南京中央大学附属高中部毕业时，父亲希望他考南京名牌大学，学数理化。他却另有打算。他那根深蒂固的忧国爱民振兴中华的情怀，那种探索自然奥秘的献身热望使他决定学农。开明民主的父母见劝说无效，便尊重他的意愿，长声叹道：“俗话说望子成‘龙’，我们是望子成‘农’了。好在我们袁家先祖世代务农，但愿你这个农民与祖先不同，能超越祖辈，成为新型农民。”

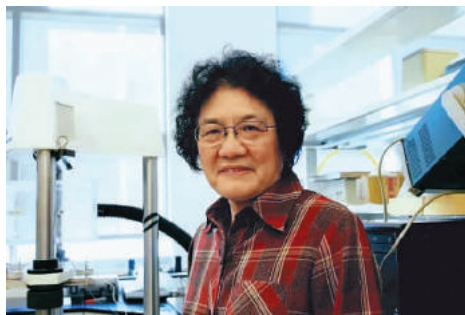
袁隆平不负父母愿望，考入重庆相辉农学院（1950年改成西南农学院），主修遗传育种学，奠定了他成为“杂交水稻之父”的人生轨迹。

他非常努力地学习遗传学，为日后的科研打下了坚实的基础。他毕业后被分到安江农技学校当教师。教课以外，他不忘自己的理想，在学校里开始试验，先搞无性杂交。他认定以染色体基因遗传学说指导选育良种，从分子角度找问题，搞清作物遗传内因，是今后发展的方向。就这样，他的科研选题，从大处着想，与国家的兴旺与人民生活密切相关。学校试验田频繁出现他的身影，六年无功，他却没有被一次次失败压倒。“平生清苦何所有，水稻为伴书作友。”1966年，袁隆平的《水

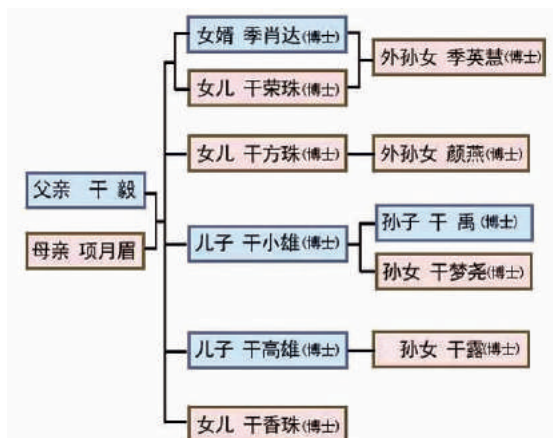


干荣珠与她家的11位博士

□文/肖逸



上世纪四五十年代学习工程学的都知道干毅的大名,这个来自浙江青田,毕业于英国皇家军官学校和英国剑桥大学,被周恩来称之为“文武全才”的科学家曾经是科学界的泰斗人物。他在教育上将自己深厚的学养和乐观的精神传递给子女。在他的言传身教下,他们家走出了11个博士,他的大女儿干荣珠就是博士。



一步一个脚印,这是信念

从启蒙到成为博士,可以说父亲是干荣珠人生中最重要老师。父亲坚持每个周末带着孩子去野炊,这不仅是对大自然的亲近,更是一份豁达的人生态度。尽管父亲言语不多,但他的“身教”足以让每个孩子潜移默化中铭记。

初中时,受父亲的影响,干荣珠确定了自己此后一生的目标——成为一个卓越的科学家。1978年暑假迎来了她的春天,全国各大学恢复招收研究生,干荣珠成为华中工学院的力学研究生,她离她的梦想只有一步之遥。“我感到生物力学会是以后的潮流、趋势。”于是,40岁的干荣珠开始了自己的出国学习之路。因为不懂外语,只能依靠他人的翻译进行学习。然而世上的障碍在遇上梦想和毅力后都能迎刃而解,终于在1988年,她获得加拿大阿尔伯塔大学应用数学硕士。之后,她拜

稻的雄性不孕性》发表在《科学通报》上。1972年,杂交水稻被国家列为全国重点科研项目,全国协作攻关,他选择了海南岛为育种基地。他在海南期间父亲病危,父亲理解、支持儿子,不让家人通知他。结果等袁隆平回来,父亲已经病逝几个月了。

袁隆平坚信“天下之大事必做于细,天下之难事必做于易”。他以超乎寻常的智慧、坚忍不拔的毅力、严谨的科学态度、扎实的工作作风和乐观向上的情操,“十年磨一剑”,研究终于初见成效。1973年水稻亩产从300公斤提高到500公斤。他没有停止脚步,大胆提出一个新的杂交水稻发展的战略设想。一步一个脚印地前进,被广大农民亲切地称为“中国神农”。

袁隆平,汉族。1953年毕业于西南农学院,分配到湖南安江农校任教。1964年开始杂交水稻研究,1971年调入湖南省农业科学院,1978年晋升为研究员,被评为全国劳动模范。1995年当选为中国工程院院士,现任国家杂交水稻工程技术研究中心主任。袁隆平的籼型杂交水稻研究获我国迄今唯一特等发明奖;湖南省委、省政府授予袁隆平“功勋科学家”称号;我国发现的国际编号为8117的小行星被命名为“袁隆平”星;他先后荣获联合国教科文组织“科学奖”和联合国粮农组织“粮食安全保障荣誉奖”等8项国际奖励。2001年获得首届国家最高科技奖。

(本刊编辑摘自全国特级教师网)



在冯元桢教授门下，而后顺利获得美国孟菲斯州立大学(Memphis)生物医学工程博士。

如今，干荣珠已是生物医学工程界的知名专家，主要从事的研究领域是组织和器官生物力学、听觉可植入式装置、生理系统的理论建模以及血液动力学和生物流体力学等。她领导科研团队研制成功全植入式中耳助听设备 THIS，并获得专利；开创耳组织器官的微观生物力学研究，发表科研论文多篇，培养博士研究生 20 多名。

干荣珠不仅对待自己要求高，对待自己的学生亦然。招生时，她每次亲自面试、考察，并且要求自己的学生：一定要规规矩矩，不能三心二意。

故乡，是割不断的根

旅居美国多年，干荣珠依然能够说一口地道的青田话，她喜欢吃糖糕、山粉糊等青田特色的吃食。她的父母（干毅和项月眉）都是青田人，在家里，青田话是一家人日常交流的常用语言，父亲会经常说起家乡的事，

母亲会时常做些家乡菜。如此种种，让他们兄弟姐妹八人也对家乡心生向往和思念。

1955 年，10 岁的干荣珠第一次踏上了故乡青田的土地，并在青田县城上了一年的学，成为她童年里美好的回忆。“父亲、母亲一直都很怀念家乡。常说要回家看看！”干荣珠说，由于母亲思乡心切，2009 年，干荣珠带着年迈的母亲回青田。之后，几乎每一年，干荣珠都会带着自己的家人回到家乡青田。2010 年 8 月 8 日至 9 日，干荣珠携女儿季英慧及其亲属回乡。她诚挚地说：“我们深爱这片土地，故乡的变化让人欣慰、令人鼓舞。”女儿季英慧毕业于美国麻省理工，获宾夕法尼亚大学博士学位及哈佛大学医学院博士后，现为美国印第安纳州普渡大学生物医学工程系教授。在教育上，干荣珠不忘让远在大洋彼岸的子女知道根源。而故乡，是一个家族的根源，有割不断的血脉亲情。

“家乡，是我们永远的根。”说着一口流利家乡话的干荣珠坦言，今后，她还将带上自己的女儿及亲友一同回来，让这份“乡情”延续下去。

（本刊编辑摘自浙江在线）





给母亲洗澡

□文/罗娜



我打开莲蓬头，试了一下水温，然后进到里屋，俯下头凑在母亲的耳边：“妈，该洗澡了。”她收回目光，看着比她整整高出一个头的我，说：“今天我自己洗。”母亲是认真的，说这话时带着笑，但语气并不十分肯定，眼中流露出征询、试探、无奈、歉然，而又分明有几分凄凉的神情。我说：“那怎么行，您不能嫌我干得不好就让我下岗了啊。”母亲于是笑着点了点头。

温柔的水波簇拥着母亲老去的身体。母亲瘦削，脸上皱纹纵横交错，颈部如揉皱的纸，腰腹部叠了许多皱折，脊背微微弯曲，肩胛下一粒豆大的红痣，却鲜亮如宝石。我给母亲抹上沐浴露，让她身上覆上一层厚厚的雪花似的泡沫。我轻轻搓着她的背。她的背脊积了一层污垢。母亲松弛的胳膊窝，像夹着一捧雪花，我轻搓着，她笑着躲闪。温暖的水汽让母亲的脸颊泛起淡淡红晕，笑容盛开成一朵菊花。母亲絮絮地说着，琐碎的家常，遥远的往事，空气里混合着潮湿且带有沐浴露香气的味道，很是好闻，暖暖的，经了水汽的氤氲，温润

如老玉。母亲笨拙的样子让我有些心酸，陈年往事随着升腾的水汽，如同一幕水幕电影一样浮现在眼前。我就像擦洗一件精美剔透的艺术品一样，精心地给母亲洗着澡，手，轻轻地划过母亲的每一寸肌肤，从中感受着生命传递的灵动。母亲闭上眼，脸上渐渐露出惬意的笑容。洗好澡站起身来的时候，母亲突然打了个趔趄，被我紧紧抓住双臂，也就在这一瞬间，我明白，我的双手也是绝不能松开的了。

给母亲洗完之后，我拿来浴巾，小心翼翼地把母亲身上那湿漉漉的水珠擦干，然后用一条大浴巾把母亲围了起来，母亲看到我要抱她时，有点惊慌地微笑着说，你抱不动我的，我自己走就可以了。我弯下腰，顺手把母亲抱进了卧室。这是我第一次抱母亲，母亲竟然是这样的轻了，我感觉到母亲的骨骼有点硌疼我了。母亲的手在那一瞬间抖了一下，双手紧紧地钩着我的脖子。

让母亲躺下，给她盖上被子后我问了母亲一句：“舒服了吗？妈。”母亲喘着粗气颇有些费力地回答

我：“舒服。真舒服，唉，老了，就靠孩子了，我知道，是孩子可怜我，妈妈只能靠你了。”我的眼睛一下子湿润了，我忍着没让它掉下来，但是我嘴里却“凶巴巴”对着母亲说：“妈，胡说什么呀，可不许再胡说了，要不下次我就不管你了。”母亲赶紧说：“哎，不说了，不说了。”我打开一盏小灯，然后把大灯关掉，再回到床前对着母亲说：“好了，妈，快睡吧，我就在你身边，等你睡着了我再走。”母亲点点头，然后慢慢闭上了眼睛。我拉了把带扶手的靠背椅坐在床边看着母亲，看着母亲的呼吸慢慢变得均匀了，我知道母亲睡着了。房间里很安静，我坐在床边就这样看着母亲，只有挂在墙上的石英钟发出轻微的走秒声。

我想起父亲对我说起过，婴儿时的我最喜欢睡在母亲坐在床上盘起的双腿之间，就像躺在一个摇篮里一般，只有这样我才会一夜不哭也不闹，而母亲总是为了我，常常整夜背靠着床头，盘着双腿坐着睡一整夜。

（本刊编辑摘自《长沙晚报》）

断章

卞之琳

你站在桥上看风景，

看风景的人在楼上看你。

明月装饰了你的窗子，

你装饰了别人的梦。



卞之琳（1910—2000），祖籍江苏溧水，近代诗人、学者，曾任北京大学西语系教授。其诗作精巧玲珑，联想丰富，跳跃性强，尤其注意理智化、戏剧化和哲理化，善于从日常生活中发现内容并进一步挖掘出常人意料不到的深刻内涵，耐人寻味。

《断章》写于1935年10月，原为诗人一首长诗中的片段，后将其独立成章，因此标题名之为《断章》。这是中国现代文学史上文字简洁、意蕴丰富、传诵广泛的著名短诗，给人一种很强的美感。

世界上许多人和事，貌似彼此独立、无关，犹如“断章”，实际上却构成了一个互有关联、统一不分割的系统。“你”、“楼上人”，无数个“你”，无数个“楼上人”，共同组成这个世界。正如作者所说：此诗是“写一刹那的意境”，你看风景，也自觉不自觉地点缀了风景，你见明月装饰了自己的窗子，也自觉不自觉地成了别人梦境的装饰。由此可见，诗人意在表现人与人之间、物与物之间的一种相辅相成的关系。

江南水乡

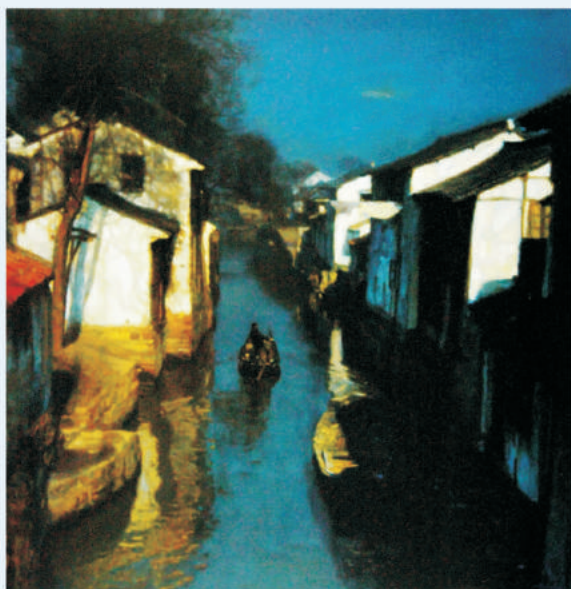
□ 陈逸飞



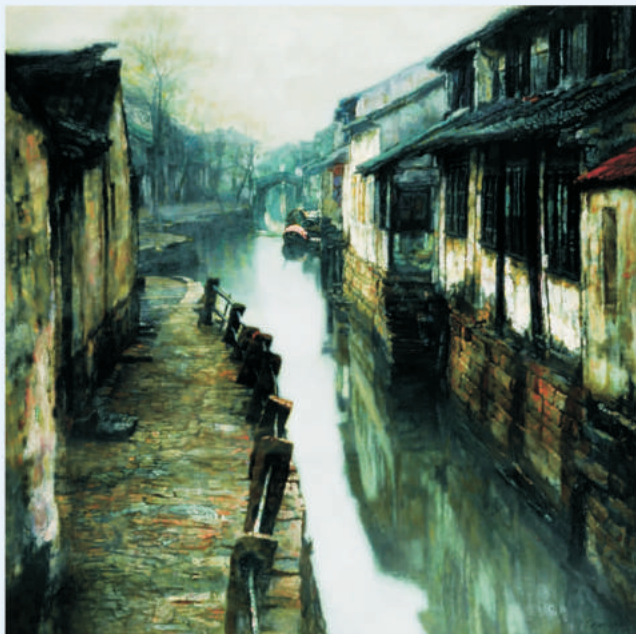
春到江南



泊岸



蓝色的运河



古镇水街



桥



水乡人家



周庄双桥



小船悠悠

陈逸飞 (1946.4.14-2005.4.10) 生于宁波，著名油画家，文化实业家，导演。1965年毕业于上海美术专科学校（现上海大学美术学院），进入上海画院油画雕塑创作室，曾任油画组负责人。1980年旅美后，专注于中国题材油画的研究与创作，成为文化名流，是闻名海内外的华人艺术家。

八十年代初，杨明义携刚回国的陈逸飞踏上了发现周庄的神奇之旅。第一次走进周庄，陈逸飞便一头迷醉在这片给他带来幸运的水乡美景里其乐陶陶。江南水乡，黑白色的周庄在陈逸飞的笔下幻变成色彩斑斓的梦里水乡。中国第一水乡周庄的名气，如今已在海内外游客中耳熟能详，周庄得以被发现，陈逸飞和杨明义功不可没。



偏工易就 尽善难求 张海

张海，男，1941年生，祖籍河南省偃师。2001—2015年任中国书法家协会主席，现为名誉主席。张海先生书法四体皆能，作品曾在西德、芬兰、新加坡、日本、加拿大、法国、韩国、香港、台湾等国家和地区多次展出，以隶书、行草为最。隶书联：偏工易就 尽善难求（语出唐代孙过庭《书谱》）。



吴思懿:突破自我 拼的是行动

□文/师文

人物档案:吴思懿,杭州市实验外国语学校2014届初中毕业生,现在是在杭州高级中学高二实验班班长,杭高电视台主持人。

在杭高幽静的林荫道上,一阵欢叫声蹦跳着传来,只见一个欣长的身影小鹿般地出现在老师眼前。“老师好!”一张笑脸顿时照亮了周围,她就是吴思懿。

“刚进杭高的时候,压力真的很大,这种压力不是睡一觉,疯玩一场可以解决的。”回忆起中考前后,吴思懿有很多话要说。

吴思懿因为喜欢文科,中考前,毅然放弃了保送资格,坚持参加中考,一心要考进杭州高级中学。

“这样的选择,需要很强的心理素质去从容面对,而吴思懿做到了。”吴思懿的初中班主任袁超老师回想起来依旧为她的选择感到骄傲。

“这女孩做事情就像郑板桥笔下的竹子——咬住青山不松口,她只要遇到错题,就缠着老师一题一题问,毫不客气地说自己笨,非要老师给自己讲明白不可。课外资料

上的题目也不放过,那时候,一看见她捧着资料来问问题,老师们都怕了。”袁老师说着哈哈大笑,吴思懿也在旁哈哈大笑,笑完还不忘补一句“谁让我笨呢?”

在进入杭高的分班考试中,吴思懿顶住了自己内心的压力,顺利地考进了杭高实验班,并且以自己优异的成绩担任实验班班长。“我一考进实验班就打电话告诉了袁老师这个好消息,我知道杭实外的老师们都在关心我。”

“进入杭高的一年多时间里,我从没有将初入杭高时的压力放下,‘突破自我’不是莽夫的一时之勇,而是坚定信念后步步为营的行动。”“人生要有归零的勇气,要舍得放下在杭实外得到的荣誉、成绩、信任和一切,把自己当成是过河的无名小卒,才能在杭高孜孜不倦地追逐。”

她是这样说的,也是这样做的。在杭高的一年多时间里,吴思懿学习稳扎稳打,牢牢地占据着文科年级前十的位置。她的同学们都笑称每次考试就是她们用自己的成绩作炮灰在滋养这朵花儿一样

可爱的“学霸”。

吴思懿不仅是实验班班长,还是杭高电视台的主播。从电视台初办、采访、编辑、从容主播,吴思懿只用了一个学期的时间。问及难处,吴思懿微微一笑,“在杭实外,我什么场面没见过?”

是的,在杭实外的九年里,她主持过大大小小的活动不下二十场。2014届初三毕业典礼,她更是策划、组织、主持一手完成。这样的孩子,放到哪里,都是一个宝啊!

“在杭实外,学校、老师和同学们给予了我很多很多东西。这份感激和感恩不是一两句话可以说清的。我在杭高的同学发现我们杭实外出来的人身上都带着一股特别的气质,这种感觉很难形容,就像是春日暖风,让人感到异常舒服,也许我们杭实外人从来都没发现,但在外人看来,这种气质是无可比拟的。”

“感恩母校,感恩母校让我变得坚强、勇敢、自信、沉着。”吴思懿回忆起杭实外的学习和生活,感慨万千。

(本刊编辑摘自《杭实外媒体报道》)



霍金的笑容

□文/路明



霍金，这个21岁时被确诊为肌萎缩性侧索硬化症（渐冻症）、医生断言“只能活两年”的男人，已经73岁了。

斯蒂芬·威廉·霍金，他的成就毋庸置疑：创建弯曲时空中的量子场论，发展了黑洞理论，写下《时间简史》等一系列著作，被誉为爱因斯坦之后最杰出的理论物理学家。

宇宙是一口幽深的矿井，那些黑暗中闪耀的宝石，从来只留给最勇敢最执着的人。同时，宇宙也索取它的报酬。对于那些泄露了天机的人，命运的报复来得酷烈无情。自患病以来，霍金的肌肉功能持续萎缩，如今，他只剩下右眼珠勉强能转动，每分钟只能表达一个字母。

尽管如此，霍金并没有走我们熟悉的“身残志坚”、“可歌可泣”路线。相反，他总能以另一种方式吸引公众的眼球。他逛夜总会，和舞娘愉快地合影。他在卡通片《辛普森一家》中拯救剧中的女孩；在《星际迷航》中扮演自己，和牛顿、爱因

斯坦一起打桥牌。美剧《生活大爆炸》第五季，高傲的天才男主角谢耳朵为了见他一面，不惜在大庭广众下穿上小短裙。在英国老牌乐队的专辑中，他还通过声音合成器献唱一曲……

有人说他是轮椅上的图腾，是被缚的普罗米修斯；也有人质疑他频繁“作秀”，利用媒体炒作自己。在我看来，霍金不过是在证明，他是一个正常的人，有着普通男人的欲望和坏品位。霍金不需要怜悯。病魔打不垮他，也改变不了他。哪怕只剩下一只眼珠能转动，他也一样热烈地活着。

为了描述黑洞理论，霍金讲过一个故事：鲍勃和爱丽丝是一对情侣宇航员，在一次太空行走中，两人接近了一个黑洞。突然间，爱丽丝的助推器失控了，她被黑洞的引力吸引，飞向黑洞的边缘（视界）。由于越接近视界，时间流逝得越慢，鲍勃看到，爱丽丝缓缓地转过头来，朝着他微笑。那笑容又慢慢凝固，定格成一张照片。而爱丽丝

面临的却是另一番景象——在引力的作用下，她飞向黑洞的速度越来越快，最终被巨大的潮汐力（引力差）撕裂成基本粒子，消失在最深的黑暗中。这就是生死悖论。爱丽丝死了，可在鲍勃眼中，她永远活着。

有一次，我在课堂上讲起这段生死悖论，突然哽咽。我仿佛一下子明白了，爱丽丝不是别人，正是霍金自己。他见过最深的黑暗，经历过最彻底的绝望，依然怀有巨大的勇气。在万劫不复到来之前，他转过头来，用尽力气微笑。

（本刊编辑摘自《意林》）





早在10年前,我曾在哥本哈根大学修习过近一年艺术史课程,后来又多次借开会和旅行的机会,“流窜”于欧洲多国。但这次在日内瓦长居,对欧洲人的性格有了新的感触和认识。确切地说,是受到了新的震撼。

一个最简单的例子:我工作的大学要求我到某银行开设账户,一个星期五的下午想当然地来到了该银行总部。结果被对方礼貌地以法语和英语告知,我需要提前打电话预约办理。我说:“明天上午吧。”对方再一次礼貌地告知:“星期六和星期日银行都是关门休息的,只能星期一再打电话预约。”我只好星期一早晨打电话给银行,却又一次被礼貌地告知:“能够预约到的最早时间是星期五下午两点。”无论我怎么央求提前都不行。怎么样?甭管你急得多么火烧火燎,对方就是彬彬有礼地坚持着自己的节奏,慢得既“丧心病狂”又“堂而皇之”。

很多人称欧洲为“旧世界”,并非毫无道理。这里各行各业效率低下和进程拖沓,令性子急的外国人抓耳挠腮,却又无处发力。这一特点,在过去10年中几乎没有什么改变。邮局里依旧排着长长的队伍,这是因为大量的物流和经济往来依然高度倚赖邮政系统来完成。这与欣欣向荣的新世界——或许该以美国和中国为代表,形成鲜明的反差。

当我询问大学的工作人员有些费用是否可以通过信用卡或网络银行转账缴纳,对方给我的回答竟是:“不,只能通过邮局汇款。”网购业与快递业也完全谈不上繁荣,

甚至可以说是萧索,尽管欧洲各地的大学都在举办物联网和大数据的研讨会。在这个世界里,我们看到的是一种令人有些匪夷所思的分裂:在科学文化领域,欧洲思想依然站在相当前沿的位置;而日常生活范畴中,传统的,甚至可以说是古老的生活方式,始终占据着强势的地位,似乎并未受到外部世界过多的冲击。

我把10年后重返欧洲的这些感触与日内瓦大学社会学系的一些同事们做了交流,其中一位专事科技史研究的教授给出了她的答案:欧洲人的生活方式和欧洲的思想一样,都建立在对现状的反思的基础之上,因而新的变化越多、越快,思想界和日常生活领域的“守旧”情绪就越强烈。我观察了一下即将参加的两个国际学术会议的

议题:一个是对美国在国际电信政策领域的影响力的批判性审视,另一个则是对于大数据带来的伦理困境的讨论。没有欢呼,多是苛责。

在某种程度上,浸润在欧洲思想中的欧洲人的性格代表了与中国人截然不同的另一极。他们用几乎已被淘汰了的旧款诺基亚手机,穿十分朴素单调的衣服,在邮局和银行有条不紊地排队,并将大把时间花费在侍弄阳台上的花花草草上。在令我焦躁和不解的同时,他们却也不断消磨着我从“新世界”带来的锐气和戾气。

欧洲人的缓慢与保守就如同变幻莫测的当代世界的一面镜子,以拒斥的姿态提醒我们由科技带来的变化可能产生的后果,以及与之变化相处的另一种可能。

(本刊编辑摘自《新京报》)



欧洲仍是个『旧世界』

□ 文/常江



叛逆的青春 你准备好了吗

□文/王丹

徐女士反映自家孩子最近很叛逆,不仅不愿意上学还将课本撕掉了,徐女士很苦恼,希望能够通过咨询有关专家,找到怎么应对孩子青春期的这些行为的方法。

孩子发脾气不愿上学,家长很头疼

“孩子现在上初一了,总有厌学情绪,作业也不认真做。”徐女士表示孩子以前成绩都在班级中上游,但是上初中以后经常出现厌学现象,有时家人一提到跟学习有关的事他就开始发脾气,“每次考试考得不好了,就说是自己脑子笨,学不好了,有些自暴自弃。”

徐女士表示,孩子小学时表现很好,成绩也不错。小学毕业暑假没作业,就让他在家看电视、玩电

脑,玩了一个暑假。“现在上初中了,孩子一做完作业就去看电视。作业做得倒是很快,每天不到晚上6点作业就都做完了,然后就去看电视。”后来徐女士发现孩子的作业本打满了“x”,才明白孩子作业好多都是随意做的。“之后怕他贪玩就不让看电视、玩电脑了,也不知道是不是上瘾了。”

徐女士说,孩子爸爸脾气比较急,一看到这种情况就会说些负气的话,“说孩子太懒、太笨,孩子一听这话脾气更大。”徐女士表示,现在自己就希望能够先帮孩子把坏习惯改掉。

专家支招:勇敢面对改变,从家长开始

未成年人成长指导中心的心

理咨询师杭丽在详细了解了徐女士的情况后,从专业的角度给徐女士提出了一些建议。

杭丽认为,家长有着丰富的人生经历,但孩子现在所处的环境不同,思想也不成熟,并不能完全理解父母的想法,所以父母需要做的是静下心来换位思考。家长要多和孩子轻松地交流,更多地去了解孩子的想法。特别是在制定规则时一定要和孩子商量,杭丽觉得,只有孩子自己同意了,他才能遵守。“像徐女士这样,担心孩子贪玩,就立即禁止看电视、玩电脑的行为其实是不太恰当的,应该有个循序渐进的过程,慢慢来,家长可以采取奖惩的措施来控制孩子的玩耍时间。”

同时,杭丽觉得教育的目的是为了更好地培养孩子,家长不能只盯着孩子的成绩单,学习与生活都要关注。“如果你只盯着成绩单,就会忽略孩子的学习状态和心理成长,这对孩子的成长非常不利,也会破坏家长与孩子间的亲子关系。”虽然进入青春期,但是依旧只是十几岁的孩子,杭丽建议,在这个阶段家长多关心、陪伴孩子。

“让表扬成为一种习惯。孩子之前考不好,下次有了一点进步,就应该表扬。”杭丽表示,说一些负气话,对孩子会形成负面的心理暗示,听到这些话后孩子就会觉得自己学不好,有时家长这样的言语反而会限制孩子的进步。杭丽指出,孩子在进入青春期时很容易敏感,家长在教育孩子时应该提供孩子精神上的帮助,要稳定孩子的情绪,正确地引导孩子说出自己的心事。

(本刊编辑摘自《海安日报》)



为人父母，理应认真思量、仔细琢磨一个重要的问题：言传身教是门精细活，如何才能做到春风风人，夏雨雨人？现在的孩子，从小就接受互联网的喷溉或滴灌，枝叶扶苏，可不是些微阳光就可温暖的，些许雨露就可滋润的。现代社会讲平等，父母何必纠结于“天赋的权威”？在家里营造民主气氛，乃是当务之急。

两年前，小女伊美年满十岁，妻子提议，我应将精力和注意力多往家庭教育方面转移。父母的特性、职能原本是有些不同的：母亲长于用情，父亲善于讲理；母亲将孩子养育成人，父亲将孩子锻造成器。如此重要的任务分配下来，我责无旁贷。

我与女儿约法四章：“一、凡事有商有量；二、在任何情况下，爸爸只讲理，不骂你；三、爸爸的合理化建议，你要充分采纳；四、你犯了错，爸爸给你两次改正的机会。”订约以来，伊美听我讲了许多故事和不少道理，她将这种形式的谈话称之为“酒心巧克力”。伊美很调皮，有时她会想方设法找茬子，钻空子，甚至捅娄子，但我很少责骂她，偶尔生气，说了过头话，自知犯规，不等她出示“黄牌”，立刻道歉。父亲一辈子总要对孩子说几声“对不起”，才算明智。

通常我跟女儿讲道理，涉及诸多方面，有人有事，有古有今，有凭有据，程度或浅或深，指向或远或近，语气或严肃或轻松我知道，言之有理还不够，言之有物才行。对于有的道理，她一知半解；对于有的道理，她心存疑惑。没关系，只要她勤于思考，耐

心推敲，迟早会豁然开朗，恍然大悟。即使是放之四海而皆准的真理，我也会尽可能将它们“硬着陆”的风险降至最低限度。海伦·凯勒、居里夫人、特蕾莎修女、中国最早的女飞行员李霞卿、颜雅清等人的奋斗经历，我讲得兴起，伊美听得兴高。

同时，我向伊美强调三个第一：安全第一，健康第一，明白第一。前两个“第一”无须多作解释，至于“明白第一”，即要求她不断提升自己的观察力、理解力和判断力，逢人而能察真伪，遇事而能析是非。

父母跟孩子讲道理，貌似放低了身价，削弱了权威，实为高明的选择。父母开启孩子的心扉，获得孩子的信任，情是钥匙，理是密码。

在我们中国，学校教育多半是一片荒地，家庭教育也多半是一片荒地。有人急着种树，有人急着种花，有人急着种五谷杂粮，有人急着种经济作物，最终样样都种了一些，样样都没有长好。一位朋友很悲观，相比而言，我没他那么绝望。只要做父母的教育孩子时多一点耐心，多一点理性，仍有力气可用，仍有成果可得。

（本刊编辑摘自新浪博客）

只讲理，不骂你

□文/王开林





中国留学生潘瑞在英国遇到一事:凌晨1点,下雨,开车。有个白人拦他,他摇下车窗,对方问:“你是出租车吗?”否定答案,反问:“我像吗?”行人:“对不起,被雨淋懵了,迷路了,打不到车,可以载我一程吗?”

潘再给他10镑,说备用。陌生人很感激,留了自己的电话,说事后会还潘先生钱,他还介绍自己是考文垂大学法律系研究生……潘先生诚恳地说:“别太放在心上,我这样做是为了心安,是因为良心,只希望有一天我在外面淋雨,也能

她还不敢上车。

眼下,国内诚信系统缺失,一件事情就可以让你变得杯弓蛇影,而信任机制则要一点一点积累。尽管有许多假、恶、丑,但我们还要追求真、善、美,不是吗?要不我们文明怎么进步?要不我们就会寸步难行。现代社会,几乎就是个陌生人建构起来的,哪怕你宅在家里,也要面对各类陌生人,起床刷牙洗脸,你能保证流出来的水不被哪个陌生人下了药……坐电梯下楼拿个快递,电梯有隐患吗?梁文道说,你要在现代社会活下来,就必须信任陌生人。

一个徒步旅行的杨姓男生也很感慨,有一次,“我从重庆武隆搭车去酉阳,估计也200公里多吧。我怕开车的大叔阿姨不信任我,就拿出身份证学生证驾照,两次执意给他们看。阿姨坚决不看,说:‘你信任我们,我们就信任你’。晚上又搭陌生人拖拉机,师傅总算挨过烂公路了,还主动发一支烟我抽,意思是我们总算颠簸完了……”很为那位“阿姨”的话感动:你信任我们,我们就信任你。

看到一个国外的人性试验的节目,有个“演员”向在路边吃东西的陌生人讨乞:“能分一点给我吗?我很饿。”不少人直接骂:“滚!我也饿。”但是,也很慷慨的……节目最后打出一行字幕:“我们生活中得到的,可以谋生;我们生活中给予的,可以救命。”也许你对陌生人的一点微不足道的支出或者给予一点不影响自己安全的“相信”,对其而言,都是恩重如山。其实你也往往是人家的陌生人,请永远不要看低或完全不信任陌生人。

(本刊编辑摘自《新民晚报》)

陌生人

□文/罗西



潘说:“抱歉,前一阵伦敦暴乱,所以我不太相信路上陌生人。”行人解释:“我不是坏人。”潘:“对不起,我不想惹麻烦。”陌生人说:“理解。没事。”

潘关上车窗,犹豫10来秒,在想:“要是我在外面淋雨,又被怀疑成暴徒,我会有什么感受?”想到这里,倒车,让陌生人上车,并且致歉说明:“不过,我不会送你回家,但是我帮你找到出租车。”

潘瑞还问陌生人打车钱够吗?他答:10镑。大概够。

得到同样的帮助……”

在国外,搭顺风车,似乎更自然。《搭车去柏林》一书有写到两个中国人在土耳其搭车的经历,一个陌生青年不仅免费让他们搭顺风车,最后还为他们订了四星级宾馆的客房给他们住……有个女性朋友,有一年冬天去巴黎,正好赶上了大罢工。没有公车,地铁停运,也是一个雨天,她在路边站了一个多小时都没有等到车,最后是一个陌生的好心女士停下车来把她带回了酒店。朋友说,如果是个男司机,



犹太人在这个世界

□文/罗森伯格

根据美国中央情报局的统计数字,2007年,犹太人占世界总人口的0.23%。根据这个数字,可以说,每500个人中会有1个犹太人。

在历史上影响最大的100个人中,有7%是犹太人。(你很可能猜到其中的一些名字:摩西、爱因斯坦、马克思、弗洛伊德)。在美国的州长中,有4%是犹太人。对历史和科学的发展影响最大的人中,有16%是犹太人。

在以色列的每个社区中,获得大学以上文凭的人所占比例居世界首位。以色列之外的各国大学中,众多以色列科学家跻身最卓越的群体中,担任讲师或者教授职务。

通过对全世界2600名科学家进行的调查,以色列的韦茨曼研究院当选为世界上最优秀的研究院。以色列在欧洲专利数量排名中位居第二。以色列科学出版物被译成多种语言。相反亦然,许多科学著作被翻译成希伯来语(犹太人的民族语言)的速度比翻译成其他语言的也要快得多。在全世界科学技术研究与发展出版物排名中,以色列位居第一。事实上,与它的人口数量相比,以色列是世界最伟大的科学超级大国。

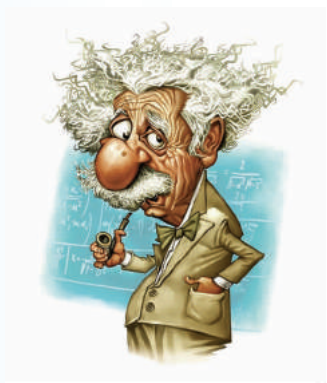
许多犹太母亲都希望她的孩子能够成为一名医生或律师。事实上,这两个领域显然为犹太人敞开了大门。仅仅在纽约,至少存在3500间犹太律师事务所,8000名犹太人从业医师。

在大约1000位亿万富翁中,150人(15%)是犹太人。在2010年发布的“福布斯排行榜”中,在“全球最富有的400位美国人排行榜”中,至少有1/3是犹太人。在世界上“最富有的100位富豪排行榜”中,有21位是犹太人。在世界上“最富有的200位富豪排行榜”中,有35位是犹太人。美国百万富翁1/3是犹太人。

在犹太人中,家庭年收入高于5万美元的比例比非犹太人多1倍。在犹太人中,家庭年收入低于2万美元的比例是非犹太人的一半。

在美国顶尖大学中,有20%的教授是犹太人。在纽约和华盛顿的顶尖律师事务所中,40%的律师是犹太人。25%的“诺贝尔奖”得主是犹太人。

(本刊编辑摘自杨晨光译著《犹太人为什么成功》)





伊朗掠影

□文/项明生

现今伊朗 70% 的人口是古波斯人的后代，这和埃及完全不同。古埃及人已经在历史中灰飞烟灭了，现在的居民都是阿拉伯的外来移民。而伊朗人对自己祖先的波斯文化不只留恋，还有无尽的自豪。

伊朗人，如果不算是世界上最好客的民族，也绝对是这四大文明古国中最热情友善的，他们真心拥抱每一位到访的游客。在伊朗的每一天，每一条街道，每一个市场，一定有人走过来同我问好，不是我有面子，他们也不是不怀好意的“种金党”（指诈骗团伙）或想推销什么东西，他们只是想向面孔不同的外国游客表示善意。

如果我把手掌放在心口上（当地人表示诚意的手势），再回敬一句“Salem”（波斯语：你好），哇，不得了，会有一村子的人跑出来，好奇地望着我，拿出手机和我合影，又请我喝茶，我简直动弹不得。会讲英语的不停地说：“Welcome to Iran.”（欢迎来到伊朗。）“Where are you from?”（你从哪里来？）然后向我主动介绍当地的波斯文物古迹。

除了热情的心，伊朗人漂亮的外表更令人头晕目眩。波斯美女，闻名不如见面。美国总统

口诛笔伐这里是“邪恶轴心”，我想，是因为小布什没有机会真正认识这些热情友善、美丽可人的伊朗人吧。

对于年年在麦当劳开生日会中长大的小朋友和把可乐当饭吃的大朋友来说，没有这两样东西的国度，人们是怎样活下去的呢？结果是，伊朗全国都不见一个肥仔、肥妹，全都是英俊不凡的波斯王子和高挑漂亮的波斯美女。

黑纱下面会说话的大眼睛，不时电得我神魂颠倒。即使个个不像李嘉欣，也有几分张柏芝的姿色。我真的担心，如果她们可以来香港工作的话，港女可能要集体上街示威了。

像大部分伊斯兰信徒一样，伊朗人每天五拜麦加，每次磕头持续一个小时。但他们绝不向麦当劳低头，因为这代表着不向全世界的最强霸权——美国屈服。

身为石油大国，伊朗的石油 10 美分一升。所以首都德黑兰人人开车，天天塞车，但是街上就是没有一部通用汽车或克莱斯勒，却有很多崭新的法国标致、韩国大宇、起亚等。本地车的名牌叫骄傲（Pride），代表对自己文化的情结吧。

（本刊编辑摘自《足足五千年》一书）



在加拿大落基山脉中穿梭,最令你感到惊心动魄的莫过于登临哥伦比亚冰原。冰原的平均标高为海拔三千公尺,统辖六条车轴般放射的冰川,面积达 325 平方公里,相当于一个温哥华市。

我们是乘坐特制的冰原雪车涉足阿萨帕斯卡尔冰川的。

第一眼看见阿萨帕斯卡尔冰川,是在冰原高速公路边的停车场。放眼望去,两座巨峰的间隙中,白云深处,有一些冰雪像莲花,似云朵,喷薄而出,奔涌而下。她们衍变宽广的冰河,一直倾泻,倾泻,快到山麓,戛然而止,定格在那里,做一个千古不化的冰川造型。

就要踏上冰川之旅了,我们从普通大巴上下来,换乘两层楼高的冰原大雪车。那些大雪车有特制的一人高的橡皮轮胎,用它,就不会像早年的覆带轮那样碾压冰川了,加拿大人的环保意识是世界一流的。驾车者一律是金发女郎,她们的鼻子冻得通红,逗人哄笑的言语却噤哩叭啦一串串。大雪车从八十度斜坡缓缓驶,开始还真有点吓人。

大雪车碾压冰原的一刹那,满满的一车人都有感觉,那是透骨的冰凉,那是橡皮轮和冰面摩擦发生的生涩。溯源而上。地底是一万年前形成的冰川,冰川深约 300 米。大雪车在茫茫冰原大道上行驶,两边的峡谷渐渐后移,似乎要走失千



加拿大落基山冰川体验

□文/王俭美



里戈壁。想当年三五成群的马帮,全凭人畜之力,横跨冰原,时时经历这种“走失”,使我们这些弱不经风的现代人油然而起敬意。

冰川的源头在深山老谷。因为耐不住那一份千万年不为人知的寂寥和冷血,才将她性灵的冰舌吐舔到人前。她一路招摇,引诱着人类温热的关注和青睐。

我们从雪车上下来,一脚踩到庞大无比、结了冰的河面,绝对是人生的第一次体验。冰面凹凸不平,平滑中带些棱角,踩上去有点滑,有点湿,冷气一直从裤管逼上来。这一带停泊了三、四辆巨型雪车,红男绿女几百人散漫开来,踩踩踏踏,冰川像一艘永不沉没的航空母舰。

冰河两侧,有一些蓝色的尖锥塑桶摆成一线,女儿告知谁都不要跨越,开裂的冰缝雪窟会有几十米、上百米深。我们就这样搀扶着,缓慢地向上游移动,脚下冰面的凹

槽积了些水,上面浮着碎冰,水泡般,踏上去总有响声。

渐渐地,看到谷底粉团般堆砌的冰墙了,再往上,就要攀爬冰雪山脊,寻觅白云深处的冰国都城了,大家就此打住。

折道而下,我看到有些人蹲在纤细的雪溪旁,用纸杯舀水喝。来时导游就提醒要带水杯,匆匆忙忙地竟忘了。一个女游客,和边上的人叽里咕噜地讲日语,美滋滋地喝完半杯水,用雪水洗去杯沿鲜红的唇印。我本能地觉得可以向她要这个纸杯,一伸手, she 就把纸杯递到我手上了。

冰山雪水凉透心肺,我仔仔细细品味,要探究所谓“纯净”的感觉,最后只剩下纯意识了。妻子与女儿去舀水的时候,我给她们拍照留念。

(本文作者祖籍浙江温州,现为美国华人联合总会监事会主席,作家、企业家)



我们更需要讨论读什么 ——张抗抗答《钱江晚报》问

谈碎片化阅读

钱江晚报:今年(2016年)政府工作报告里又提到全民阅读。但在现实里,网络的碎片化阅读正不断流行,年轻的低头族越来越多,您有没有担心,严肃文学会不会从落寞中走向没落?

张抗抗:我认为不太可能。因为人与动物的重要区别,就是人有思想,在任何时代任何情况下,人类对于真理的追求都不会泯灭。那些优秀的书籍,提供并满足人们精神方面的需求。

至于碎片化阅读,当然是目前不可忽视、或可能在今后愈发普及的现象。不仅是年轻人,中年人也开始“低头”。我本人有时候也不得不“低头”。人们习惯从微信微博中获取碎片信息,而不是完整地深入地阅读好书。这种情况当然是令人担忧的。但是当下社会已是信息科技时代,很少有人能做到把自己隔绝于平板电脑和智能手机之外。

网络是一种便捷的信息运载工具,手机本身无过错,重要的是电子产品所承载的内容。需要讨论的不是用什么工具阅读,而是读什么。

谈全民阅读

钱江晚报:对于纸质书籍和电子读物这两种阅读,您是什么态度?

张抗抗:对于纸质书籍与电子读物,本人持“双管齐下”、“兼收并蓄”、“合理使用”的态度。也建议大家不妨尝试一下。

时间原本是24小时连续运行的,只是我们盲目从众的生活内容,不自觉地把时间变成了碎片。看到国人那么“慷慨”地挥霍时间,不惜把自己的生命提前撕成“碎片”,我常常觉得心疼。

既然碎片化不可避免,那碎片也有碎片的利用方式,可用一本本完整的书籍来进行缝合。我还是提倡每月每年尽可能阅读几部好书,或根据自己的兴趣选择新书。比如深圳那样现代化的城市,已建立了完整的公共阅读系统。深圳持续了十几年的“读书月”活动,其中新设立了“领读者”奖,除了奖励那些勤奋热心的书评人,还奖励读者自发的阅读小组、民间读书会等,产生很好的社会影响力,也给予我对大众阅读的信心。

杭州图书馆的阅读推广也有口碑有成效,钱江晚报每年举办年度好书评奖活动也很值得称赞……杭州是一个拥有浓厚文化底蕴的城市,我对杭州的读书氛围不那么悲观。少年和青年的阅读习惯,是由家庭、学校、社会以及自己“四位一体”共同养成的。

谈学生如何写作文

钱江晚报:现在有很多孩子对写作很苦恼,觉得写不出来。现在社会上也有很多作文培训班,对此,您有什么建议?

张抗抗:我接触到的孩子,大多都有写作热情。但也不排除所说的“写不出”现象,那是因为孩子们的生活太单一了。上学上课,放学写作业,双休日上各种补习班……孩子们缺少自己生动独特的生活体验,当然就没有什么打动他们、吸引他们的事情可写。我建议家长们,尽量给孩子创造条件和机会,体验书本之外的事情。有了“事”,才有可写的“文”。

(本刊编辑摘自《钱江晚报》张抗抗系全国政协委员、中国作协副主席)



英国作家阿瑟·柯南道尔曾说过：“漫无目标，无书不读的人，他们的知识是很难精湛的。”可见，读书一定要有选择。

读书要有所选择，这在今天显得尤为重要。也许有人会说，博览群书被古人提倡，现在我们为什么非选择不可？我们知道，西潮东渐以前，中国有的学者曾有“读尽天下可读书”的抱负。但是，今天的博览群书，和古人的博览群书有很大差别。古时书少，很多书是以诗词、文言文的形式写下来的，言简意赅。即便是古代散文，篇幅也不是很长，博览群书比较容易。而在如今这个知识大爆炸的时代，书太多，各类图书让人眼花缭乱，各种读本蜂拥而至，长篇巨制铺天盖地，我们只能选择自己最想读或必须读的书来阅读。

当代著名学者钱钟书一生读书无数。一次，他到美国访问去参观国会图书馆，图书馆的人因其藏书量大而骄傲，同去参观的人也无不为之惊叹，只有钱钟书一个人默不作声。图书馆的人问他有何观感，他忍不住笑着说：“我也充满了惊奇，惊奇世界上有那么多多我所不要看的书！”这话看上去风趣，却是事实，一个人不可能读完所有的书。19世纪英国作家罗斯金就说过：“一个人的生命是短暂的，空余时间很少，因此我们不应把一刻空余时间耗费在阅读价值不大的书籍上。”因此，今天我们提倡既要多读书，又要有所选择意识，多读好书。

人们常说：“开卷有益。”这句鼓励人们读书的话没错，但是并不等于读任何书都是“有益”的。尤其面对之前从未看过的“新书”，更要有所选择。美国哲学家阿尔考特曾说过：“一本好书使人开卷时会有所求，而闭卷时获

有益处。”其实该读什么书、不该读什么书，或者在什么年龄段读什么书，历史上、现实中都有许多建议，如“少不读《水浒》，老不读《三国》”。

书是有等级的，有好坏之分。王充在《自纪》中讲述评价文章好坏的标准时说过：“为世用者，百篇无害；不为用者，一章无补。”他所著的《论衡》一书就属于“为世用者，百篇无害”的好书，至今仍为人们所珍藏。书是人类的仓库，但仓库里藏的东西不一定完全是好的，也有霉的、烂的、不合用的。所以，一个人不能随便读书。别林斯基也曾说，阅读一本不适合自己的阅读的书，比不阅读还要坏。

如此说来，读与不读、粗读与精读，都要有所推敲。何况今天印刷技术那么发达，出的书不计其数，版本也很多。比如《论语》一书，就有无数版本，让读者不知道读哪种好。尤其是一些外国文学作品，不同版本、译者、出版社的差别很大，一定要选名社、名翻译家的版本来读。另外，在内容、文字等方面也要有所选择，学会取舍。“尽信书不如无书。”

（本刊编辑摘自《中国教育报》作者系华东师范大学兼职教授）

读书重在选 择

□文／潘裕民





看爷爷

□文\凌灵

小依依,穿花衣,
跟爸一起看爷爷。
刚进门,吃一惊,
爷爷带起老花镜,
埋头读书笑眯眯。
依依问,爷爷答:
爷爷老,读啥书?
小依依,傻孩子。
活到老,学到老。



温州育英国际实验学校小学分校六(9)班学生凌灵创作的童谣《看爷爷》,在2015年度温州市优秀童谣未成年组评比中荣获一等奖。

(指导教师:钟灵)

好朋友

□图/王瑞莹 等



孩子用他们稚嫩的小手,表现出了自己对友谊的理解。整个画面主要由绿色、红褐色和黄色组成。绿色代表了孩子们在大自然中的浪漫情怀,红褐色代表了厚重与孩子们对大地的喜爱,黄色代表了孩子们纯真的心灵。充满童趣的造型和画风,把我们带入了有趣的童话世界,构思具有新意。

绘画:杭州市实验外国语学校小学三(4)班王瑞莹、程莹、袁弈、周杭、杜佳怡、王善美、陈嘉怡、王若婷

(高惠辉老师推荐)



美好的人生,其中有一种是书味人生。而所谓书味人生,即书香人生,而且书香即心香,心香即幽香,幽香即远香。

在书香中,谁不曾醉;在书境中,谁没有梦;在书海里,各有各的彼岸。

在爱书人的心灵境界中,书籍不仅是一种物质财富,更是一种精神富有——精神家园、精神世界和精神支柱。

阅读经典,既是心灵的愉悦,也是思想的充实,更是精神的富有;欣赏美文,既是播种,也是耕耘,更是收获。

由于求知,所以读书;由于读书,所以买书;由于买书,所以藏书;由于藏书,所以用书——这便是书缘人生,即生活的志趣、人生的富丽和生命的精彩。

人生乐读,书可以增长人的知识;生命嗜读,书可以提升人的智商。

一般而言,读书是为了求知,求知是为了增智,增智是为得悟。

真正的爱书人,藏书、读书、用书三者缺一不可,其三者的关系是:藏书是保存读书的火种,而用书是收获读书的果实。杂家读书的特点是:多而博杂,杂而鲜活,活而融通。所以,写起文章来左右逢源得心应手,无需雕饰,妙趣横生。

一般爱书如痴的人,买书也成瘾。其表现大体为:



书

味

人

生

□文/巴特尔



一走进书店,便两眼发亮;一发现好书,便心跳加速;当把书买下,便如拥红颜。

俗话说:开卷有益。其或通览于四季,或悟思于三更;其有时神游八极,有时心寄万山……总之,无不充满诗情画意。

读书,讲究有法而无定法。所以,无论翻还是看,无论品还是啃,无论诵还是背,无论思还是悟……各有各的意味,各有各的意韵,其中妙趣,读者自知。

收藏,在所有的爱好中,不能说最好,可以说很好;而藏书,在收藏中又可以说是很好中的更好。

有时想了解一个人的志趣和修为,不妨置身他的书房。因为,作为阅读、思考、写作其间的书房,是每个爱书人灵魂的憩园、精神的巢穴和生命的禅床。

古语云:学而不思则罔,思而不学则殆。故读书,要多思、深思、慎思。因为,思考是心灵的翅膀,思想是智慧的光芒。

人生,有书味相伴,一定是美好的;社会,有书香洋溢,就会是和谐的。爱书吧!把书籍作为良师益友,是人生最明智的选择;把读书作为生活的常态,是生命最聪慧的智趣。

(本刊编辑摘自《思维与智慧》)



近来偶然看到一本《发芽的心情：林清玄散文选中学生读本》，让我我不禁回想起中学时代有先生美文陪伴的那些时光。

初次与林清玄先生的作品相逢是在2006年，那时的我还在上初二。一次走进学校旁边的小书店，一本薄薄的《林泉》抓住了我的视线，作者叫林清玄，似乎曾听语文老师老师提起过，白绿色相间的封面与书名倒是契合，翻开一看都是短小精悍的篇什，名字还颇为有趣：比如《蜉蝣抒情》、《国王的菩提树》、《移动的赤壁》等。想着假期无事，这样的小书读起来既轻松，携带又方便，就没再把它放回书架上去。却没能成想从这小小的一本开始，便一发不可收拾。

读林清玄的散文，就如同他化用名姓创作的三部曲《林泉》、《清欢》、《玄想》一般，透着种文人的雅趣——干净明澈、云淡风轻、心中柔软、平和从容。无论是《温一壶月光下酒》的不羁洒脱，还是《家家有明月清风》的人情暖热，抑或是《夏花之绚烂》的死生契阔，总能让尘来土往的世间中人仿佛置身林间的潺潺溪泉，寻得一丝清凉与欢愉，不禁神思遐想、玄妙难状。如此，种种纷纷扰扰便显得微不足道，平日心中郁结难解的困惑焕然冰释，生活的真味、真美自然涌现，往日未曾留意细品的心绪、情思便如嫩芽般破土而出。何止于“文如其人”？当属“文人合一”的不二典范。

上大学之后，一位中文系的学姐曾告诉我，读文学名家的作品要成套成套地读，从代表作开始，到那些边边角角的“非典型”著作，如

有精力便都不要放过，这样才能读懂他、吃透他、理解他。想想自己的阅读旅程：从小学时见一本买一本的刘墉散文，到初高中从未断过的林清玄，再到高二开始有意让自己“攻坚克难”而本本精读的余秋雨，我不是一直在按学姐说的那样去做的吗？

前不久回初中看望语文老师，老师听说我当年高考语文139分（满分150分）时大为惊讶，让我吐出语文学习的“真经秘诀”，我想无非就是：多读好书，多思考。虽然今天的我已经开始啃读康德、萨特、海德格尔，在书店偶遇这本林清玄先生专为中学生编选的散文集《发芽的心情》时，除了一种温情的回

忆之外，已很难再得到当年醍醐灌顶般的启迪助益，但我非常明白：如果没有中学时与先生一片片美文的相遇、重逢，没有和一位位散文名家的深入接触，只怕今日的我与康德、萨特等人的作品也是无缘的。

合上手中的这本《发芽的心情》，纷繁的遐思回到眼前，想送其中一段林先生的话给各位朋友：文学就是在人生路上，从凡事凡情中，看见那“无尽藏”，体会万象中的生机，或者会有那忽然的一悟：一花一世界，一叶一菩提。第一流的文章是生命的化妆，其实在青年的成长中，文学也是他们最好的化妆。

（本刊编辑摘自《中国教育报》）

有美文陪伴的那些时光

□文/刘家琦





中国工程院院士傅廷栋谈“逆商”

□文/雷宇

傅廷栋院士多少有些忧心今天独生子女一代的“逆商”，“遇到一点挫折就怨天尤人，今后该如何面对人生中无处不在的困难和挑战呢？”

在傅廷栋看来，“逆商”代表着逆境条件下克服困难的能力，“逆商”高，易成大事，“现在有些年轻人智商、情商都不错，但受了一点批评、挫折，就想不通，‘逆商’太低。”

1972年3月20日，对于34岁的傅廷栋来说，是再普通不过的一天，但对于世界油菜育种研究来说，却是具有里程碑意义的一天。傅廷栋和往常一样，吃完饭就扎进校办农场金黄色的油菜地里，“东找找，西找找，看有没有雄性不育油菜”。结果，傅廷栋发现了19株“波里马雄性不育型”油菜，从此被国内外广泛应用于油菜育种实践。傅廷栋是国际上第一个发现“有实用价值的油菜波里马雄性不育类型 Polcms”的人，“为国际杂交油菜实用化铺平了道路”。

一个数字可以为此写下注脚：世界上杂交油菜应用于生产的一个十年（1985~1994年），国内外



育成的油菜“三系”杂种中，有大约80%的杂交种是用傅廷栋首次发现的波里马胞质不育型(Polcms)育成的。傅廷栋的收获既有偶然也是必然，这是他学习和思考了10年之后，又寻找了3年的结果。为了这个发现，青年傅廷栋经历了多次试验，排除过的油菜达几十万株。

“年轻人要做好一切准备，等待机遇。在等待机遇的过程中，正视自己遭遇的挫折。”在大学新生的迎新第一课上，他追溯过往，真诚地告诫青年一代，一个人在成长的道路上不仅要有良好的智商、情商，还要有“逆商”，这样在面对困

难时才能泰然处之。

多年与小青年的接触和对他们的观察，傅廷栋发现一个现象：现在的孩子特别聪明，什么东西一点就通，“智商很高，但情商不一定高，而‘逆商’更有待提高”。背后的原因之一，就在于独生子女一代，从小家长管得牢，人际交往较少，生活条件好，没有经历过艰苦。

大学校园里的学生自杀事件让人扼腕叹息，傅廷栋给青少年的“药方”是多读一点传统文化作品，“中国的传统文化有很多精华，可以从中了解中国的历史文化，开阔视野，体悟人生，要对自己负责，对家庭负责，对国家负责。”

一本三国，他就解读出这样的内涵：“曹操的‘逆商’很高，赤壁之战，80万军队被消灭了，但是他并不灰心从头再来；刘备在宜昌与吴国作战，被陆逊火烧连营，实际只损失4万人，败退白帝城，受不了这一挫折，就一病不起，这说明刘备的‘逆商’比曹操差多了。”

在一次讲座中，傅廷栋这样寄语年轻一代：“提高‘逆商’易成大事。”

（本刊编辑摘自《中国青年报》）





每个人都想获得成功,但失败也是不可避免的。失败虽令人沮丧,但它也并不是一无是处。美国《赫芬顿邮报》总结了失败的多个积极影响。

奋斗目标更为明晰。通常来说,失败可能是激情减少所导致的结果,这时遇到失败不仅可以重新审视自己,还能再次设定目标,让自己有限的激情释放在更为重要的事情上。

学习新技能更有动力。失败的痛苦能激发人的肾上腺素,让人有更大的动力去学习新的技能,完成艰难的挑战,从而达到成功的殿堂。

发现真正的朋友。在人遇到失败、步入低谷、需要帮助的时候伸出援手的,才是真正的朋友。

认识到自己的不足。失败会提醒我们可能在某些方面有所不足,这有助于认识自己,弥补短板,提升自己的内在实力。

更加平易近人。成功之后,人们不可避免地会出现骄傲自满情绪。只有失败才能让人体会到成功路上的艰辛,塑造出谦卑的心态。

心态更为平和。失败和成功的交替能让人心态更为淡然,用更平和的心态看待得失。



不再陷入空想境地。失败后可以很好地审视自己的设想是否合理恰当,从而根据自己的现实情况来寻求更为切合实际的目标。

学会低头。成功人士常患有“超级英雄综合征”,它既有益处也有害处。“超级英雄”不会去求助别人,更不会低头,这种锋芒毕露的性格往往会招来更大的危机,因此,失败可以让人学会低头,用更谦和的方式处事。

懂得珍惜成功。只有体会过失败的痛苦,才能更好地品尝胜利的喜悦,让人加倍珍惜眼前的成功。

(本刊编辑摘自《生命时报》)

重新站起来

□文文英



霍奇森,英国人,他是一个从不幸中重新站起来征服天空的勇士。

1990年,19岁的霍奇森提前结束大学生涯报名参军,成了一个伞兵。两年以后,在爱尔兰的一次排除炸弹行动中,他不小心引爆了炸弹,“轰”的一声巨响过后,他的肚子被弹片撕开了,左手骨折,骨盆有18处粉碎,膝盖以下全烂了。看到自己的样子,他痛苦极了,他恳求战友说:“你枪毙了我吧,你不能让我这样活下去!我这个样子,活下去还有什么意义……”他的战友没有听他的,而是立即对他进行了救助,他很快被送入医院

进行抢救,命是保住了,但他的双腿膝盖以下全部炸烂了,只好接受截肢手术。

以后的四年,他不停地接受各种手术,后来安装了假肢。命运对他是很残酷的,但他没有被命运击倒,他花了一年多的时间来适应假肢,然后,凭着顽强的毅力向自己发出了挑战,他开始参加各种活动,步行、跑步、登山和滑雪等。2000年,为帮助英国伤残士兵募集善款,他又干上了老本行——跳伞。虽然当时只跳了40秒,但他找回了跳伞的快感。“就是这种自由自在的感觉,在天上,我觉得自己是是个健全人。”他每年要跳700次,早在2005年就考出了跳伞教练资格证书,还娶了个同样爱好跳伞的老婆,他们的婚礼也是在空中举行的。2003年,他第一次参加跳伞比赛就拿到冠军。在2010年1月初举行的英吉利海峡全英自由式跳伞比赛中,39岁的他战胜100多个健全人成功卫冕。

此刻,霍奇森感慨万千:“我想告诉那些不幸的人,失败不可怕,截肢不可怕,可怕的是失去生活的勇气。只要信念不倒,那么总有一天你会重新站起来!”

(本刊编辑摘自中国中学生联盟网)



时至今日,“减负”仍是一个极易挑动社会神经的话题,其矛头直指家庭、学校和教师。到底是谁增加了学生的负担,到底是谁偷走了学生的幸福?

高考反复发展演绎是学生学 习负担重的源头

学生的学习负担是客观存在的。高考是学生通过考试进入更好成长、发展平台的通道,是客观公正的社会竞争择优方式。高考已成为教育教学的“指挥棒”,但高考制度缺乏持续的改进、优化、创新。学校、教师、家长、学生因通过不断增加学业负担能获得较好的高考成绩,从而层层加码,导致学生负担越来越重。围绕高考的竞争愈演愈烈,学校为了高考效益最大化,想方设法调动各种资源,抢夺优质生源和师资。一批“学霸”式、“高考工厂”式学校产生了,教育资源不均加剧。高考制度一直以来备受社会诟病,中国孩子的繁重学业和疲惫状况一直得不到缓解,高考过后的厌学、创新人才培养难、阶层固化等问题一直难以解决。因此,要真正“减负”,必须有高考“指挥棒”的引领,而高考制度改革属于顶层设计,需要从国家层面予以推动。高考改革的根本在于推动人才评价方式和培养模式的转变,是牵一发而动全身的改革大事,必然是一个长期、复杂甚至反复的过程,不可

谁偷走了孩子的



□文/郑勇

能一蹴而就、瞬间转身,因此需要社会的理性、智慧和耐心。

家长不切实际的期望是学生 负担多的推手

家长对于孩子教育到底该“增负”还是“减负”左右为难,非常纠结。家长心理上希望“减负”,但在实际行为上往往扮演增加孩子负担的推手。没有哪一个家长不对自己的孩子寄予厚望。为了让孩子能够更好地成长,为了能够实现自己对孩子的期望,家长们甚至从“十月怀胎”起就开始按照精英的标准为子女量身定制各种成长计划,直奔“成龙”、“成凤”的目标,并拼尽全力把孩子送到各类“名校”。现在,教育部门加强了规范化管理,学校周末一律不得搞补习班、兴趣班、培训班。社会培训机构因此大为火爆,周末有无数家长、孩子奔

波在赶往各类培训班和兴趣班的路上。“我如果给了她一个快乐的童年,我可能就要面对她一个愧疚的成年”,这是一个从幼儿园起就带着女儿奔波于各种辅导班的母亲面对记者采访时的回答。电视剧《虎妈猫爸》的剧情也充分演绎了家长强加给孩子负担的种种表现。家长如此施加给孩子的不只是过多的学业负担,他们对孩子的过高期望、在培养孩子上投入的过多财力、精力,无形中对孩子形成了相当大的精神与心理压力,是未成年孩子不可承受之重。

家长要理性地对待孩子的学习成长,尊重孩子的天性。然而,对此似乎永远是“旁观者清,当局者迷”。真正减轻学生负担,需要家庭、学校、社会全方合力。

(本刊编辑摘自《教育评论》)





心理学普遍认为,青少年“发展最迅猛的社会性需要是受人尊重的需要、友谊的需要和交往的需要”,他们开始疏远成人而热衷于同伴交往,对同伴倾注了越来越多的感情,同时萌生了与异性交往的强烈欲望,男女生之间的接触显著增加。初中生与异性同学发展友谊的意愿随着年级增高,结交异性朋友的意愿随之增强。异性交往是青春期孩子发展到一定阶段的正常心理需求,也关乎他们日后对爱情和婚姻的态度。但是,许多家长并没充分了解孩子的心理发展特点,以及异性友谊对于日后成长的影响,更谈不上给予孩子及时的心理和情感辅导,促进他们的心理健康发展。

在对青春期子女进行性教育的内容方面,家长对青春期子女的异性交往有着相当程度的重视,其中不乏一部分教育素养较高的家长选择与子女探讨“异性交往的分寸”和“友谊与爱情”的区别,从心理健康成长的角度给予一些必要的引导和建议。而一部分家长,他们更多是对子女异性交往的紧张和担忧。

家长对子女异性交往的主要担忧,据一次调查显示:46.34%的家长主要担心子女“学业受影响”,还有40.37%的家长是因为担心子女“染上不良习气”,担心子女“身体受伤害”和“情感受伤害”的分别仅占6.76%和6.52%。可见,家长对异性交往的关注和担忧更多的是考虑现实因素,比如担心学业受影响的占到半数左右,而担心孩子身体和情感受伤害的比例非常之低,表明家长对孩子身心健康的关注

远远不及学业。从发展的角度来看,学业影响只是暂时性的,孩子的身心健康,通过异性友谊,学会与异性正常地交往并建立积极、健康的爱情观、婚姻观,才是最重要的,也是家长需要给予关注和引导的方面。

造成以上三个方面问题,主要是因为家长还没有做好充分的心理准备来应对青春期子女逐渐脱离父母、走向独立的成长变化;另一方面,对青春期孩子同伴交往的意义及发展特点缺乏充分的认识。

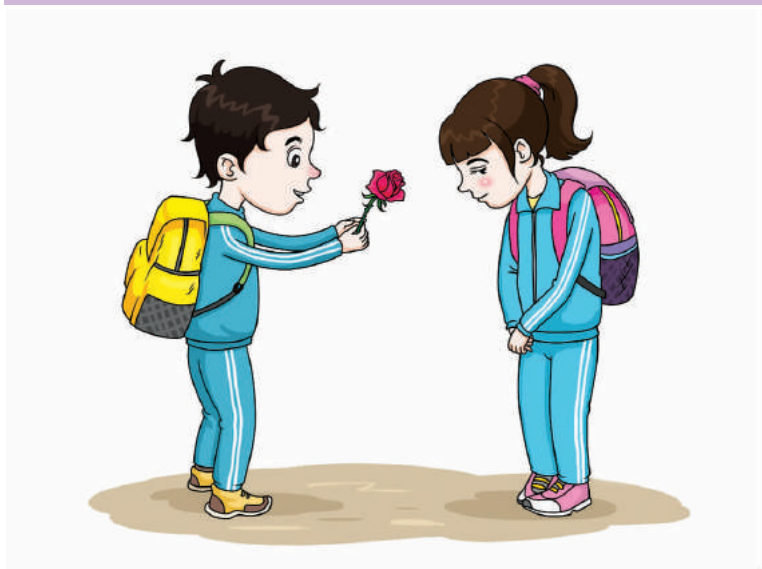
总之,对于家长来说,除了纠正以上三个误区,还应认识到家庭环境本身对子女同伴交往的影响。研究发现,孩子与父母的关系也是

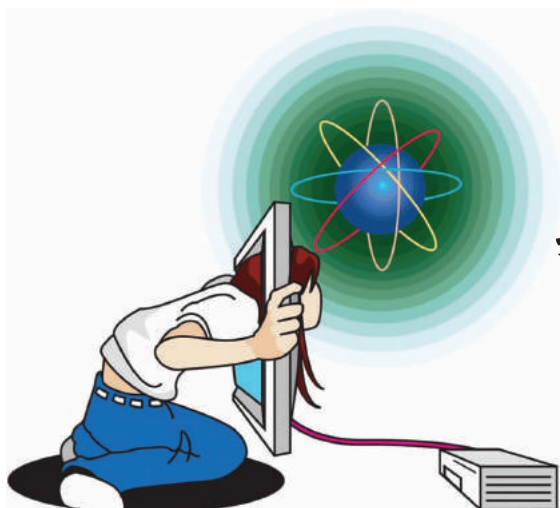
影响其同伴关系的一个重要因素。和睦、彼此信任 and 理解的亲子关系会给孩子的同伴关系带来有益的影响,和睦的家庭关系本身也是孩子建立良好同伴关系的一个榜样。一系列研究发现,具有信任、沟通、高情感反应性的家庭中的孩子,在社会技能、生活满意度和与他人相处方面都有较好的表现。相反,如果家庭关系不良,比如离异家庭、父母长期不和的家庭等,往往会把孩子推向不良同伴关系,甚至是不良同伴群体。因此,良好的家庭氛围和亲子关系,不仅有利于初中生发展健康的同伴关系,也能够帮助他们拓展交往范围,完善社会性发展。

(本刊编辑摘自《中国教育报》)

家长对子女异性交往的主要担忧是什么

□文/张立静





如何对待网瘾的孩子

□文/何文

孩子迷恋上网怎么办?孩子越来越难教育了……这是当今很多年轻父母的困惑。“赏识教育”给家长提供了新的思路。

案例:闭门上网“宅”到浮躁

小吴妈妈说她的儿子最近变了,总是“闭门不出”玩电脑。“我孩子今年高一,除了电脑对其他东西一点儿兴趣都没有,玩电脑居然可以熬夜,睁开眼睛就玩。叫他去旅游,他都一口回绝。”更让吴妈妈哭笑不得的是,前阵子孩子还说要喝咖啡,因为可以多玩电脑。在国庆期间,小吴9月30日下午一回到家就开始玩游戏,一直玩到第二天早上六、七点钟才睡觉,下午一点多起床后又开始玩,四点半不到的时候发现电脑很卡,就大发脾气。吴妈妈焦虑:“这样彻夜不眠地玩电脑,就和玩命差不多,真担心他身子垮了。”

治网瘾先治厌学情绪

现在许多家长纷纷“向网络开

战”,认为是网络带坏了自己的孩子。其实不然,孩子有了网瘾,实质问题是教育问题。孩子有网瘾的原因主要有两个:一是沟通出了问题,许多被挑毛病的孩子很压抑,尝试与父母、老师或是自己的小伙伴沟通却总是失望,只好到网上找陌生人聊天;二是厌学问题,现在的孩子大多是“假学习”,不是为自己学习,而是为父母、老师学习,成了雇佣军。只有在玩网络游戏时,才有了主宰一切的感觉,才重新找回自信。解决了上述这两个问题,孩子网瘾自然就会消失。

解决这两个问题,不是就网络谈网络,家长不妨对自己的孩子竖起大拇指,用赏识教育走进孩子的心灵。与孩子实现良好沟通,首先要给孩子安全感。这并不简单地指孩子表现好了就表扬几句,而是要做到孩子表现不好了,家长也能够雪中送炭。孩子的人生就像跑道,家长、老师都是啦啦队,跑步的时候啦啦队都在喊“加油”“不放弃”,但在现实生活中,许多对孩子失望的家长只会说“完蛋了”、“失败了”、“孩子废掉了”,一路喝倒彩,

父母的恐惧也只会给孩子带来恐惧。而带给孩子安全感的是家长的眼神和目光,如果父母始终以骄傲的目光看着孩子,他迟早会成为父母的骄傲。

多用眼神传递欣赏

大家是不是觉得现在的“新新人类”越来越难教了呢?我不这样想。很多曾经有“问题孩子”的家庭:逃学的、早恋的、有网瘾的,甚至有精神病的、不想活的……他们现在都生活得不错。中国家长最爱孩子,这是全世界公认的,但家长爱孩子,更爱面子,父母总是习惯地认为:优点不说少不了,缺点不说不得了。

而赏识教育恰恰相反:优点不说不得了,缺点少说逐渐少。赏识导致成功,抱怨导致失败。所以,不要吝惜我们的掌声和赞美。“坏孩子”能造就好妈妈。有了好妈妈,还愁没有好孩子?多翘大拇指,少用‘一指禅’(食指),要够朋友,做“孩子王”。为孩子,为明天,为快乐,请时常翘起我们的大拇指。

(本刊编辑摘自亲子网)



如果孩子的行为很没礼貌
那他们可能是从家长或者身边其他人那里学来的

IF THE CHILD BEHAVES
RUDELY, IT IS LEARNT
FROM PARENTS OR
OTHERS LIVING WITH
THEM



如果你的孩子不懂得尊重别人的感受

IF YOUR CHILD DOESN'T
RESPECT OTHERS FEELINGS,
THE REASON MIGHT BE YOU
ALWAYS ORDER THEM - NOT
GIVING IMPORTANCE TO THEIR
FEELINGS

那可能是因为你总是命令他们，不重视他们的感受



如果你的孩子自信心不足
IF YOUR CHILD HAD
POOR SELF-ESTEEM, IT
IS BECAUSE YOU
ADVISE
THEM MORE THAN YOU
ENCOURAGE
THEM.



如果与可能

如果孩子总是神秘兮兮，
啥事都不告诉你，那可能
因为你总爱打击他。

IF YOUR CHILD IS
SECRETIVE, THE
REASON IS YOU
BLOW
THINGS VERY BIG



IF YOUR CHILD IS A COWARD,
IT IS BECAUSE YOU HELP THEM TOO QUICKLY.
DON'T REMOVE EVERY
OBSTACLE
FROM THEIR PATH.

如果你的孩子很懦弱
那可能是因为你帮助他们的速度太快了
不要为你孩子清扫成长路上的每一个障碍



IF YOUR CHILD GETS ANGRY QUICKLY,
THE REASON MIGHT BE YOU HAVE
NOT PRAISED THEM ENOUGH. THEY
ONLY GET ATTENTION MISBEHAVING

如果你的孩子容易很快就生气
可能是因为你给予他们的赞扬不够
他们只有行为不正确时才能得到注意



IF YOU BUY EVERYTHING FOR YOUR
CHILDREN STILL THEY TAKE THINGS THAT
DO NOT BELONG TO THEM, IT IS BECAUSE
YOU DON'T LET THEM
CHOOSE

如果你什么都给你的孩子买
然而他们还是去拿那些不属于他们的东西
那是因为你不上让他们自己选择想要的



IF YOUR CHILD DOES NOT STAND UP
FOR THEMSELVES, IT IS BECAUSE FROM
A YOUNG AGE YOU HAVE DISCIPLINED
THEM REGULARLY IN PUBLIC.

即使是在亲人朋友面前，家长也不应该这么做
PARENTS SHOULDN'T DO SO EVEN IN
FRONT OF SIBLINGS, FRIENDS OR COUSINS

如果你的孩子不会坚持自我
那可能是因为在他们小的时候你总是在公共场合教育训斥他们

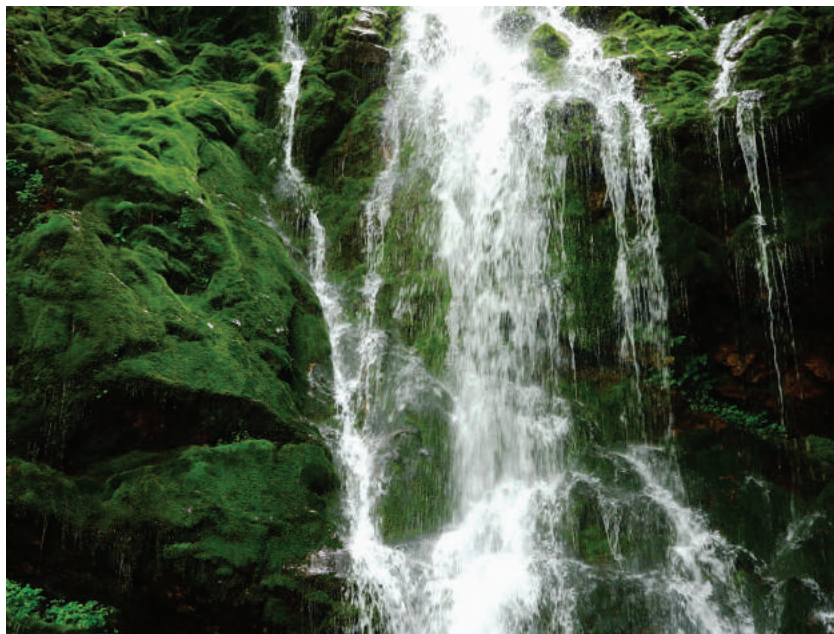


(度晖卿摘自双语网)



青苔的智慧

□文/渊默



哲学家老子的智慧,是青苔的智慧。

青苔,背阴植物。生长在低处,最低处。我曾经在神农架的一个沟谷中看到鲜碧的青苔,那个沟谷被两岸的密树遮掩,阳光根本穿不进来。即使在晴朗的正午,沟谷中也显得晦暗。沟谷中有潺潺的清泉,水流很细,像绳子,在巨大的乱石堆间扭来扭去。而青苔,就生长在水中的乱石上。真的没有看见过那般鲜碧的青苔,绿茸茸的,那种天然的野趣,实在让人心动。

青苔喜阴,也喜静。不仅阳光可以把它烤焦,就是太多的噪声,也仿佛可以把它烤焦一样。我家老屋的背阴,墙角边,长年生长着青苔。就是积雪的冬天,青苔也还是鲜碧一片,衬着雪的白,非常漂亮。墙角终年是晒不到太阳的,而且恰好有一个井台在它边上,湿润,清凉,幽静,人迹罕至。这就是青苔最理想的生存环境。

于是我想到老子。老子的那些智慧,其实就是青苔的智慧。或者简直可以说,老子的生活方式,就是青苔的生活方式。

老子简直就像青苔一样,生长在墙角的背阴处。他曾经长期担任“周守藏室之史”——西周国家图书馆史官。国家图书馆是个好地方,清凉,幽静,没有世俗的喧嚣,正恰若神农架那个密树掩映的宽大的沟谷。老子,呆在这样一个人迹罕至的清静处,他的智慧,正恰若乱石山源源不断涌出的青苔一样,鲜翠得可爱。

国家图书馆,真是一个好去处。阿根廷的著名作家博尔赫斯就曾经在国家图书馆工作,他的《沙之书》,大约也是一株鲜碧的青苔,附着在国家图书馆清凉的大理石墙基上。

老子选择了一种清静无为的生活方式,青苔一样的生活方式,远离耀眼的阳光,也就远离了浮躁与张狂;安于低处,也就活得踏实而稳当。海绵一样绵软的内心,含藏着多少洁净的水,养命的水呀。只要试着踏上一片青苔,就会在鞋子的边缘压出水痕。最好不要去踏一片青苔,不要搅扰它安静的生活。

老子的哲学,一个字,“柔”。“柔”让人想起水,自然也想起水做的青苔。青苔不过是固化的水,染成绿色的水罢了。看到青苔,你会想到婴儿,想到和平,想到月光,想到禅,想到一只沉默而多汁的蜗牛。暴力改变的世界,最终要被和平改回来。柔是一种缓慢的力量,像时间让一面墙缓缓变黑一样,但这种力量,持久,深入,无坚不摧。老子用牙齿和舌头来比喻暴力与和平,老子的结论很显然,舌头最终打败了牙齿。这世间,有多少华丽的宫殿消逝了踪影,但是青苔,永远还在那里,鲜翠、妩媚而优雅。

老子的智慧,长久地传了下来,像一片鲜碧的青苔,附着在时间的墙角,多汁而鲜美,哺育着一代代人空虚而张狂的头脑。(本刊编辑摘自《知网》)



蔡元培不是北京大学的第一位校长，也不是在北大当校长时间最长的，但世人知道的北大校长，往往总是蔡元培，仿佛北大只有这一位真正的校长似的。

蔡元培和教育的缘分却不是从北大开始的。当辛亥革命成功，中华民国临时政府成立的时候，孙中山任命的各部部长都是当时国内各行业的顶尖人物，虽然如此，各界对具体人选仍有微词，不过，没有人对这个政府的教育部长蔡元培有任何意见。论资历，没人比这位前清翰林更老更高；论学问，没人比蔡元培更广博；论革命历史，没人比蔡元培更坚决更光荣。所以，即使在袁世凯窃国之后，仍然保留了蔡元培的教育部长职位，但蔡元培早就看透了袁世凯的野心，很快辞职远走，一头扎到欧洲留学去了。他可能是史上最有趣的留学生，以前任部长的身份到了欧洲，而四十多岁的他因为怕校方拒收大龄学生，竟瞒报了年岁，瞒报得还不少，年龄那一栏填的是35岁。

袁世凯死后，黎元洪继任中华民国大总统，宣布恢复被袁世凯废除的《临时约法》，孙中山、蔡元培等人的政治地位也恢复了。而黎元洪真正向革命党人妥协的事情是邀请蔡元培担任北京大学的校长，这虽然不是最好的安排，但对于蔡元培的救国理想来说，已经是相当好的机会，他答应了。

蔡元培要接手的北京大学实际上是个烂摊子，几乎所有学生都是大小官员的子弟，上学都有听差伺候着，到了上课时间，听差都要单腿打千，说一声“老爷该上课了”，而老师教的和学生学的也无非是做官经商那一套。这样的北京大学虽然顶着大学之名，但早就没有大学之实了。

蔡元培的委任状下达之后，他并没有急着到北大去上任，而是三顾茅庐，请上海的陈独秀到北大来担任文科学长。学生们还没等到蔡元培，却先等到了蔡元培发布陈独秀为文科学长的命令，明眼人一看此举就明白了蔡元培的立场。

当一切就绪时，蔡元培发表了她的校长就职演说。这是中国教育史上一篇极其重要的演说，恐怕在今天仍有其实际意义。

……予今长斯校，请以三事为诸君告：

一曰抱定宗旨。诸君来此求学……须抱定宗旨，为求学而来，入法科者，非为做官；入商科者，非为致富。宗旨既定，自趋正轨……二曰砥砺德行，诸君为大学学

生，地位甚高，肩此重任，责无旁贷，故诸君不惟思所以感已，更必有以励人……三曰敬爱师友……

蔡元培的北大生涯从1916年12月到1927年8月，十年多的工夫，他把北京大学改造成了一个真正的大学，胡适、周作人、鲁迅、钱玄同、辜鸿铭等一批奠定北大教育传统的人物都由他收入帐下。当然，对历史来说，也许更重要的是他把一个死气沉沉的老爷学校变成了勇于担当的革命学校，其标志就是以北京大学师生为领导的“五四运动”。而“五四”的风潮达到最高潮的时候，蔡元培用辞职的方式表达了自己的政治立场。

因为有了蔡元培，北大恢复了教育为国家培养栋梁之材的功能。从此以后，无论政府的兴亡与否，中国的精神命脉再也不会断了。

（本刊编辑摘自《名人传记》）

蔡元培的北大生涯

□文/傅林





你真的了解

这些大学专业吗

□文/李明



第一类:望文生义

生物医学工程不是医学类专业

实际上,生物医学工程不归医学类专业管辖,而是不折不扣的工科专业。毕业生既可以在现代医疗仪器、电子技术、计算机及信息技术等高新技术产业从事研究、设计、制造与应用工作,也可以在各类医院从事临床工程技术服务方面的工作,或从事通用医疗器械设备的操作使用、维护维修和采购管理等工作。至于工商管理类,毕业以后拿的学位是管理学学士,并不是经济学学士。

信息资源管理与图书馆有关

信息资源管理可绝不是计算机类专业,而是一个正宗的管理学类专业。由于信息资源管理学是与社会需求较为接近的新兴学科,因此,毕业生适应性较强,就业前景看好,大多在高校、企事业单位、信

息服务机构等从事知识管理、信息分析、信息利用和知识服务等工作。

第二类:旧瓶装新酒

信息与计算科学离计算机远

信息与计算科学是以信息领域为背景,将数学与信息、管理相结合的交叉学科,着眼于培养不仅数学功底扎实,而且掌握信息科学和计算科学的理论与方法的数学人才。

地理信息系统不仅是地理学科

地理信息系统可不是地理类的基础学科,它是一门“地理”加“计算机技术”的交叉学科。毕业后,可在国土管理、城市管理、规划管理、交通、农业、电力、电信、环保、国防、军事、公安等部门及有关科研单位从事信息系统的设计、开发建立、维护管理和信息处理分析工作。

第三类:专业非职业

环境科学≠治理污水

环境科学专业,要学习的可不止打扫卫生和净化污水那么简单,它学习的是调节整个人类生存环

境的平衡,做的可是大事业。毕业后,可从事环境科学研究及环境监测、评价、管理和规划等工作;从事环保产品的开发,从事环境工程和给水排水工程的规划、设计和管理;或者担任大中专院校相应课程的教师。这些都是不错的就业选择。

财政学≠财务工作者

财政学本身是一个宏观含义很浓重的专业,大学本科阶段学的是宏观财政学,所以早期的财政学专业毕业生大部分进了国家税务机关。

其实,该专业毕业生就业真正方向应该是税收,譬如从事税收规划、资产管理、审计等工作,就业前景还是相当不错的。

心理学≠心理医生

没错,心理学是培养心理医生的摇篮,但实际上,心理学专业涉及的方面还多着呢,包括科研部门、高等和中等学校、企事业单位,还有公安局、劳教所、监狱、边检站等都是可能的去处。

个人性格和能力是专业选择职业规划的重要因素,了解自身才能更好选择匹配的专业。

(本刊编辑摘自搜狐网)

食品卫生知识答案:

- 1.D 2.A 3.A 4.A 5.D 6.C
7.B 8.D 9.A 10.A 11.C
12.A 13.D 14.A 15.D



食品卫生知识一起学

□文/卫安

1、食用鲜豆浆,以下哪种食用方法最安全

- A.鲜豆浆压榨后煮沸即可食用
- B.鲜豆浆压榨经过滤后即可食用
- C.加入一定量的开水后便可食用
- D.鲜豆浆彻底煮沸并持续5分钟后再食用

2、下列食品中不得添加任何食品添加剂的品种是

- A.纯牛奶 B.酱油
- C.奶油 D.火腿

3、人每天都要补充一定数量的蛋白质,理由是

- A.每天都有蛋白质需要更新
- B.蛋白质是生长发育所必需的主要物质
- C.蛋白质在体内不能贮存
- D.蛋白质不能全部由脂肪和糖类在人体内转变而成

4、对于少年儿童来说,其体内能量应该

- A.摄入量大于消耗量
- B.摄入量小于消耗量
- C.摄入量等于消耗量
- D.摄入量越大越好

5、包装食品标签上必须标注的内容是什么

- A.保质期 B.生产日期
- C.详细的厂址及企业名称
- D.以上都必须具有

6、下列防范食品污染采取的措施

错误的是

- A.饮用洁净的水,把水烧开了再喝
- B.买消毒牛奶,不食用未经加工的牛奶
- C.菜刀、菜板用前都应清洗干净,先切生食,后切熟食
- D.尽量用封闭的容器装食物

7、未开启真空包装的袋装食品,如果外包装发生鼓胀现象,你的判断是什么

- A.食品装得太多
- B.食品已变质不能吃
- C.食品发酵但可以吃
- D.封装时没有真空

8、食物中毒发病的共同特点不包括下列哪项

- A.发病呈暴发性
- B.中毒病人一般具有相似的临床表现
- C.发病与食物有关
- D.病人都有发热等症状

9、肠道传染病是由什么引起的

- A.吃了不清洁的食品
- B.吃的太多
- C.呼吸传染
- D.手接触传染

10、为预防食物中毒,应该做到什么

- A.少吃凉拌菜 B.少吃甜品
- C.多吃水果 D.多吃热的饭菜

11、半生不熟的涮羊肉不宜吃的主要原因是

- A.不宜被人体消化
- B.易引起过敏
- C.容易感染上旋毛虫病或引起食物中毒
- D.味道不好

12、以下识别食品罐头是否变质的方法错误的是

- A.看罐头底、盖是否平整或呈微凹状
- B.挤压罐头的盖和底,看是否有液体溢出
- C.检查内容物的色泽、状态、气味
- D.检查瓶贴和有效期

13、酸奶的益处不包括

- A.易于消化吸收
- B.营养价值高
- C.抑制肠道腐败菌的生长繁殖
- D.抑制胃酸过多分泌

14、下列的行为错误的有

- A.直接连皮食用刚买的苹果
- B.蔬菜在烹调前应先用清水浸泡10分钟左右
- C.鸡蛋在放进冰箱前擦洗外壳
- D.经常整理冰箱内容物

15、下列哪些是不良的饮食习惯

- ①长期不吃早餐或吃晚餐太迟。
- ②零食当正餐,饮料当饮用水喝
- ③荤素摄取不均衡 ④吃饭不细嚼慢咽,饮食过饱、过咸

16、下列哪些是不良的饮食习惯

- A.①②③ B.①②④
- C.②③④ D.①②③④

(答案在本期内找)



丑陋的奴性

□文毕星星

我们国人有自谦的习惯。因而用于自谦的谦称就格外多。

传说有这样一个笑话,一个外国人想学汉语,找到老师,问“我”在汉语里怎么说?老师这样教给他:说自己时,一般要用谦称,表示地位不高,见识浅陋,应该说鄙人,也可以叫臣、叫仆,宋元期间,叫小可;晚辈对尊长,自称小生,小子;父母死后,表示自己不似父亲那样贤能,称“不肖”;一般的对人表示自己没有才能,可以说才不、不佞、不妄;后学者在年长者面前,称自己晚生、“不敏”;尊长在上,古称自己可说在下;年纪大了,可以自称老朽、老拙;由此引申,男子说自己的老婆,可以叫贱内、拙荆,说自己的儿女,可叫犬子,小女等等。一席话没说完,吓得老外溜之大吉,单一个“我”,就这么多讲究,这汉语怎么敢学?

先秦时代,人们说“我”还是堂堂正正的。现在都知道“朕”是皇帝。其实“朕”这个自称,一开始也

就相当于“我”,谁都可以拿来使用。屈原《离骚》中就自称为“朕”。可见在秦朝以前,“朕”就是我,并无等级差别。

秦始皇登基君临天下,“朕”才规定为皇帝自称专用。自此以后,上智下愚,上尊下卑的等级称呼越来越系统完备。“愚”、“卑”、“鄙”、“贱”、“陋”多用于臣民自卑自贬了。历代大臣的奏议里,“愚见”、“狂愚”、“愚钝”、“愚蒙”、“愚鄙”、“愚鲁”、“愚憨”、“愚妄”屡见不鲜,贬抑自己成为律法,也成为臣子的习惯。

谦称和贱称之间,好似没有明确的界限。凡谦称,都有自我贬抑的成分。到了贱称,就不惜丑化自己、恶心自己,以取悦上级尊长或者最高统治者。清代汉人见皇帝称微臣,满人则自称奴才。这是说,汉人连做奴才的资格都没有。晚清的官场小说里,在长官面前自称走狗,不惜做出各种丑态以取悦上峰,这种描写比比皆是。

辛亥革命推翻皇权以后,近代的革命先贤曾经大张旗鼓批判过

国人的臣民人格。严复、梁启超等革命先驱全力攻击国民的奴隶性、人格的卑贱性。在梁启超眼里,底层的老百姓,“视惯例如天帝,望衙署如宫阙,奉缙绅如神明”。那些官员对百姓骄横跋扈,在上司面前则是“昏暮乞怜之态”、“赍赉嗟喘之态”,如同鲁迅所谴责的:他们既是狼,又是羊。

100多年了,这种丑陋的奴性,在一些官员那里,为什么没有收敛,有的竟至变本加厉,公然宣称自己为某某之狗?这应该说是新时期奴性人格的突出表现。改造国民性当然重要。问题在于,我们的政府权利还是太集中了,官员的权力太大了。缺乏监督的权力为所欲为,它完全可以决定下级的前途和命运。这样的上下级,成为一种人身依附关系,下级完全有可能不顾廉耻卖身投靠。这一场人格卑贱的大竞赛里,谁具备出格的忠诚,谁才有可能赢得眼球,出位上位。不惜出格,自贬做狗,以丑态换取进身,这简直是人格全无,道德崩盘。

(本刊编辑摘自《南方都市报》)





羊对历史的贡献

□文/石年

在中世纪的欧洲,羊儿们恨死了作家,每当他们有新著作出版,就意味着几百上千只可怜的羊见了上帝。因为那时的书,都写在羊皮纸上。

中世纪的羊皮纸,其实和纸没有半点关系,而是真正的羊皮。人们挑选皮肤光洁的绵羊或山羊,将它们的皮毛用化学溶液浸泡,去除羊毛和脂肪,耐心鞣制,然后用木框绷起来,温柔的阳光与煦暖的微风将完成接下来的工序。当一切都结束的时候,人们就有了挺括、半透明、可以双面书写的羊皮纸了。

制造羊皮纸是个很脏很累的活儿,生产过程繁复,价格当然不便宜。当年一本普通的羊皮纸书,与一座房屋等价,而一本羊皮纸的《圣经》——那是中世纪土豪才能拥有的财产,则相当于一座葡萄园的价格。

让我们来看看其中的一座葡萄园吧——《温彻斯特圣经》。这本手抄于12世纪的英格兰《圣经》是羊皮纸《圣经》中最奢华的一本,共用了468张羊皮纸。天哪!一只羊,两只羊……清点一下为此献身的羊儿,就能治愈一大群失眠者。一位字迹曼妙的抄写者,花了4年时间虔诚地完成了所有文字部分的书写。至少有6位艺术家负责绘制书中的装饰图案,经过他们多年夜以继日的工作,这本《圣经》仍有大量绘图尚未完成。

谁发明了羊皮纸?这事情可说不清。所有始于古代又说不清的事情,都算到古埃及人头上好了,反正他们也没法揭开布条为自己辩解。古埃及人从公元前3000多年就开始在兽皮上书写重要文献,羊



皮是其中一种。羊皮纸真正兴盛在公元前2世纪,这是个很长的故事。

始创于公元前4世纪的埃及亚历山大图书馆,是当时世界上最大的图书馆。公元前2世纪,小亚细亚的帕加马王国进入欧曼尼斯二世统治时期。这位国王想扩大本国图书馆,要与亚历山大图书馆抗衡,还企图挖来对方的图书馆长。埃及人真的不开心了,禁止“纸草纸”出口帕加马王国。“纸草纸”可不是上厕所用的,而是当时最主要的书写用纸,没了书写用纸,就无法誊写书籍。为了抵制这种封锁,帕加马王国开始大力发展羊皮纸,羊皮纸迎来了蓬勃的春天。

羊皮纸在欧洲流行了几百年,其实,中国人很早就教会了阿拉伯

人用植物纤维造纸的技术,阿拉伯人包着头巾露出憨厚的笑容,然后把这一神技隐藏了300年。欧洲人直到12-13世纪才学会造纸术,知识的传播从此变得轻便又廉价。15世纪末,欧洲人基本停止了使用羊皮纸,羊儿们喜悦得泪流满面。但直到18世纪,欧美人还是习惯把重要文献写在羊皮纸上。总的来说,羊对历史的贡献远不止烤羊排。

就算在今天,你依然可以找到真正的羊皮纸。听说日本就有卖的,一张A4大小的大约要160元人民币,是一种买了舍不得用的书写用品。如果你真心喜欢一个女孩子,买一张羊皮纸给她写情书吧,中世纪的骑士就这么干的。

(本刊编辑摘自《文苑》)



微言微语



滴自己的汗，吃自己的饭，自己的事情自己干，靠人靠天靠祖上，不算好汉。

——陶行知

你要教你的孩子走路，但是，应由孩子自己去学走路。

——爱默生

养成我们性格的原因还有我们的自信心，我们坚信这样一句名言：天生我才必有用。今天我常想这样一个问题：如果从孩提时代起就培养孩子们对家庭的和幸福的责任感，使他们认识到自己也是家中的劳动者贡献者，是一个有用的人，那么，他们一旦走上社会，就能够主动地发挥创造性的才干，为国家做出贡献。

——艾森豪·华威尔

你们那种最大限度的过问，会使儿子不能长大成为一个真正的人。他会长大成为一个毫无主见的人，既不能做出任何的决定，又不能做任何的危险和勇敢行为的人。

——马卡连柯

有些人总是过份重视智力测验，过于相信所谓“智商”，这不能不说是一大弊端。人的美好特质是

多种多样的，怎能以一份智力试验定夺？尽管你在一次又一次的智力竞赛中名落孙山，但在某一方面，你也许可以发挥你独有的、奇迹般的创造力，使生活充满无尽的乐趣。

——奥斯勒

世界上最有力的论证莫如实际行动，最有效的教育莫如以身作则；自己做不到的事千万别要求别人；自己也要犯的毛病先批评自己，先改自己的。

——傅雷

孩子的言行就像一面镜子，反映着家庭和父母的精神，所以希望孩子好，首先自己要起模范作用。父母或教育者的日常性言行，对培养孩子的人格有最强的说服力。

——佚名

作为父母，必须设法赢得孩子发自内心的尊重。

——姜晶

一个会爱父母的人，将来才会更好地去爱别人，爱生活，爱这个世界。

——赵静波

爱抚，这不是迁就调皮的孩子的，不是不加思考地满足闹得发慌

的孩子的稀奇古怪的要求。纵容、姑息孩子的顽皮淘气和刁钻古怪的要求会把孩子引入歧途，使孩子的心变得粗鲁、冷酷无情；因为淘气被溺爱的孩子只能看到自己而看不到别人；他是自私自利的人，而自私自利的人，他的个人小天地就是他快乐的中心。在没有明智的家庭教育的地方，父母对孩子的爱只能使孩子变成畸形发展。这种变态的爱有许多种，其中主要的有娇纵的爱、专横的爱、赎买式的爱。

——苏霍姆林斯基

如果夫妻教子观点不一，会让孩子分不清正误，不利于美好品德的培养。

——赵秀朵

对于稍懂事的孩子，可以给他一个眼神或某种暗示，保持暂时的沉默，常会达到“此时无声胜有声”的效果。

——吕斌

带孩子去旅游，去爬山，去逛公园，去看电影，这都是陪伴孩子的好方式。

——张石平

(本刊编辑摘自网络)



“阿尔法狗”胜出人机大战

□文/温婧 王东

“阿尔法狗”的致胜秘诀

“阿尔法狗”其实是一款围棋人工智能程序,由位于英国伦敦的谷歌旗下 DeepMind 公司开发。它也是第一款能击败专业围棋选手的计算机软件。据 DeepMind 的团队介绍,选择围棋,恰恰是因为围棋的复杂。

人们一直认为围棋是人工智能不可能战胜人类的领域。围棋棋盘有 361 个点,走法变化繁多,普林斯顿的研究人员算出了 19×19 格围棋的精确合法棋局数的所有可能性是一个 171 位数——比宇宙中的原子数还多。这样的计算结果,哪怕是巨型计算机也要算上许多年。

“阿尔法狗”之所以可以玩转围棋,是因为它具有两个大脑,一个叫做“策略网络”,负责选择下一步走法;另一个“价值网络”,负责预测比赛胜利者,每走一步估算一次获胜方,而不是一直搜索到比赛结束,从而减少了运算量。两个大脑配合工作,于是将围棋巨大无比的搜索空间压缩到可以控制的范围之内。

战胜人类的第一步是模仿人类。“阿尔法狗”首先用围棋专业棋手的 3000 万步实例对“价值网络”进行训练。而假如一个人要学习 3000 万步,每步 1 分钟,需要 60 多年。通过这种经验学习,阿尔法狗对人类走法的预测准确率就能达到 57%了。模仿之后,第二步便是超越人类。“阿尔法狗”最特别的一



点就是,它可以“深度学习”。简单来说,“阿尔法狗”可以自己与自己对弈,目前它自我对弈已经超过 3000 万局,在这个过程中,“阿尔法狗”不断积累胜负经验,举一反三,形成对围棋的一种“全局观”。拥有惊人计算能力和学习能力的阿尔法狗会从对手那里学到更多应对的招数。

人工智能的案例

事实上,人工智能距离我们并不远,并且会越来越近。

人工智能,就是能以人类智能相似的方式作出反应的智能机器。家里的扫地机器人可以自动发现污物并帮助打扫,这就是人工智能的功劳。

前不久腾讯开发的一款写稿机器人 Dreamwriter,可以根据算法在第一时间自动生成稿件,瞬时输出分析和研判,一分钟内将重要资

讯和解读送达用户。上个月,搜狐推出了智能股市播报系统,由机器人自动跟踪、捕捉市场的动态,进行纯粹客观描述,以信息流的方式推送给用户。上述两项人工智能引发了对机器与人工之间如何平衡的讨论,有专家表示,

“机器重在扫描挖掘发现信号和机会,而人工重在深度分析和评论,只有找到其中的平衡点,才能满足用户对资讯有效性的实际需求,带来创造性的阅读体验。”

另有分析师指出,依托人工智能的消费端和工业端的机器人也将是未来的热点。其中,助老助残机器人、护理机器人、医疗手术机器人、清洁机器人、娱乐机器人将成为消费市场的重要需求。

(本刊编辑摘自《作家文摘报》)



沙飞的 『红色影像』

□文/莫枫

1839年诞生的摄影术,伴随着1840年的鸦片战争进入中国。20世纪上半叶的中国,战乱纷扰,时局动荡,救国、抗日、革命等历史主题敛合,摄影亦不例外。“摄影是暴露现实的一种最有力的武器,我总想利用它来做描写现实诸象的工具。”摄影家沙飞的“武器论”应时而生。

沙飞,原名司徒传,生于1912年,幼年就读于广州,1936年考入上海美术专科学校西画系。在上海这座彼时左翼文化的中心城市,沙飞见到了鲁迅先生。他所拍摄的《鲁迅与青年木刻家》组照,日后成为鲁迅的经典形象。之后,他又拍下了鲁迅的遗容和葬礼。沙飞的鲁迅照片,传遍全国报刊,让他迅速成名。有人因此评论,沙飞的革命摄影理论,本质是鲁迅革命文艺思想。而他自己也表示,正是鲁迅的作品,使得自己成为“革命的文学青年”。

1937年12月,沙飞在河北加入八路军,成为中国共产党军队里第一位专职摄影记者。他创办的晋察冀军区政治部宣传部新闻摄影科,成为共产党第一个新闻摄影机构。他开办的《晋察冀画报》,成为共产党第一份新闻摄影画报。他还带出一支成熟的摄影队伍。

“用摄影作为斗争的武器,通过画报的发表和展览方式去改造旧社会,改造旧画报,同时改造自己。”这便是沙飞的摄影“武器论”。最初,他热衷拍摄具有强烈象征意

义的场景,为此不惜摆拍,甚至让一整支部队配合,这些作品多充满浪漫激情。待他作为八路军干部一员,融入到根据地生活和战争节奏后,他不再介意构图必须得当,而是追求原生态的真实。他抗战时期的前后作品,从摆拍到抓拍,反映了他摄影理念的内在变化。

在最近出版的《红色影像》一书中,沙飞被称为“红色影像”之先驱。所谓红色影像,特指在中国共产党领导的军队中逐步形成的,在抗日战争和解放战争中发挥过重要作用,并对新中国摄影至今发挥着重要影响的影像体系。这一体系的发展,与中国共产党领导的革命紧密相连,以影像回应党的思想与奋斗。

历史学家高华曾说,时代的呼唤,使得沙飞从一位艺术家转变成革命宣传战士,但是他的艺术热情与人文追求不可避免地阻碍了他成为成熟的党的工作者。或者说,沙飞坚持了艺术家的身份,即便冲在革命宣传最前线。沙飞的部分“红色影像”作品正是沙飞在艺术与宣传之间经历矛盾挣扎的体现,使得我们拥有了更多视角来凝视他的作品。

以历史与发展之眼光看,图片是回首历史时最自然的温故,也是几代人视觉记忆真切的确证,它们无声的叙事,留下的是一个民族何去何从的弦音。我们同样也可以从艺术与人性的角度,用目光抚触被定格的一瞬间,那里有艺术家的沉思与关切,光影汇合成灵魂深处的呐喊,要在困难最深沉的时代,弯弯曲曲着把光明引向视觉的中心。

(本刊编辑摘自《新京报》)



法国路易十四 与康熙的交往

□文/鱼宏亮

美好的社会和良善的政治永远是人类社会向往的理想之境。17世纪起,一波又一波的欧洲传教士从海路来到中国,形成了一场规模浩大的西学东渐运动。

正是在这种背景下,与中国清朝康熙皇帝同一时期的法国国王路易十四两次派遣传教团前往中国。仅康熙一朝,来自法国的耶稣会士就达到五十多位。其中,康熙二十六年(1687年)抵达中国的洪若翰、白晋、李明、张诚、刘应五人,是路易十四专门派遣的。其中白晋和张诚被留在康熙身边教授几何学和医药学,对康熙影响最大,也最受康熙信任和倚重。十年后(1697年),白晋奉康熙旨意归国,希望路易十四能够派遣更多具有科学素养的传教士来华。回国后,白晋将来华经历写成近十万字的报告呈递给路易十四,后来以《康熙帝传》为名出版。第二年(1698年)白晋搭乘昂非特里特号商船回到中国,此次随同前来的传教士巴多明奉康熙之命以满文编成一套西方解剖学著作,名为《钦定骸体全录》。这是一部反映法兰西科学院最新解剖学知识的医学著作。五位“国王数学家”中的另外三人中,洪若翰曾用奎宁治愈康熙的疾病,刘应擅长语文,李明熟悉天体和地理知识,都曾获得较高成就。

白晋在向路易十四呈递的报告中全面介绍了康熙皇帝及其对国家的统治。他说康熙熟悉历代诗词,写得一手漂亮的书法,喜欢阅读经典,不仅对中国的科学,而且对欧洲的科学知识也有着强烈的学习欲望。康熙甚至喜欢西方哲学,他所用的满文哲学教材是法兰西院士杜阿梅的《古今哲学》。

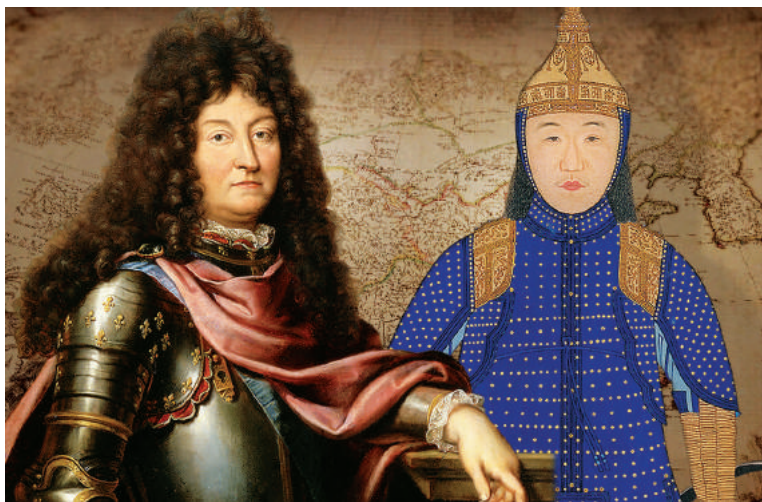
传教士为路易十四与康熙皇帝架起的这种沟通的桥梁,在多方面对双方产生重要影响。康熙对传教士的关注、信任也促进了天主教在中国各地的传播。这引起一些尊奉程朱理学的士大夫的忧虑与抵触。康熙三十一年(1692年),上谕:“西洋人仰慕圣化由万里航海而来,现今治理历法、用兵之际,力造军器火炮,劳绩甚多,各有居住。西

洋人并无为恶作乱之处……不必禁止。”这一政策在当时的西方天主教界引起巨大反响,被称为“1692年宽容敕令”。康熙之所以做出如此决策,与张诚、白晋等的卓异表现应有直接关系。

直到康熙晚年,中国人祭祀祖先之孝道与天主教严禁祭祀天主之外其他神灵的矛盾才演变成重大冲突爆发出来。康熙五十九年(1720年)十二月下谕:“以后不必西洋人在中国行教,禁之可也,免得多事”。从此结束了中西方文化交流史上第一次西学东渐的浪潮。

遗憾的是,康熙皇帝对西方科学的学习和钟爱并未演化成一个时代的风气。随着宗教冲突所引发的罗马教廷和清廷的先后禁教,东西方的科学与宗教交流发生中断。路易十四和康熙皇帝的时代过去,也标志着亚欧大陆文化交流进入了一个短暂的封闭时期。东西方门户再次打开,乃是一个多世纪以后的事情。那时,西方社会的发展,已经发生了天翻地覆的变化。

(本刊编辑摘自《光明日报》)





希望杂志再多一度温暖

□文/周翔

编者按:《当代家庭教育文摘》第5期(总)出刊后,特约温州育英国际实验学校团委书记周翔老师组织家长作反馈。热情的读者意见纷呈,周翔老师的综述全面,感谢你们的厚爱!编者会在肯定、意见、建议声中扬长避短,努力劳作,让刊物贴近你,更温暖。

温州育英国际实验学校分别面向小学、初中、高中分校的60位学生家长开展了问卷调查。一共收回54份调查表,经过统计汇总,对第5期杂志反馈如下:

栏目内容和版式

基本评价分数都在9分、10分,6分以下的基本没有。可见,家长对栏目内容和版式设计是比较满意的。

最喜欢的栏目 12个栏目都有,其中家长最喜欢的栏目有:《孩子心声》、《教子有方》、《国际视窗》、《家教漫话》、《精神家园》、《特别关注》、《人物写真》、《名师风采》、《家庭书屋》。

最喜欢的文章 几乎每个栏目下都有喜欢的文章。按照统计排名,家长最喜欢的文章是《竞赛的输赢对孩子并不是最重要的》、《哈佛不是神话》、《捕捉幸福》、《散步》、《在孩子心中播撒温暖的种子》、《为生命着色》、《孩子的偶像

崇拜该如何引导》、《礼貌有价》、《品读经典:老人与海》、《想象力是最重要的东西》等等。

需要加强和改进方面 希望能够更贴近生活;增强文章的可读性、趣味性、幽默性;语言方面再通俗易懂些;增强信息的指导性;增加励志方面的案例;改进书中的插图;增加一些关于学校老师与学生的文章;应该对各个年

总体评价 四个评价指标:信息量、可读性、指导性、贴近性,95%以上的家长都选择好或者较好,选择一般的只有5%,选择较差和差的没有。可见,家长对杂志的满意度相当高。

“当代家庭教育文摘文章不是很长,但每篇文章都有哲理,能够感动读者,我最喜欢。”

“我认为任何人读了这本书都

会受益匪浅。它从各个方面、各个层次对读者的理念进行疏导,每篇文章都带给读者豁然开朗的感觉。”

“我认为杂志很不错,既有经验教训的总结提炼,也有对未来趋势的前瞻性展望,更有对看上去浮华或复杂事件的深入解读。杂志分多个栏目,

能够更全面地引发思考,想得更深、更远。”

“杂志内容丰富,版式设计美观,但整体感觉12个栏目多了点,有点杂乱,如果能够合并使之更精略些更好。”

通过对问卷调查的统计发现,家长对集团创办的《当代家庭教育文摘》很关心、很喜欢,无论哪方面意见,都表明家长对杂志的一份认真和热爱。希望《当代家庭教育文摘》能够多听家长的呼声,进一步提升杂志的温暖指数。



龄段有所区分;版式设计还不够亲切;对某些观点的独家见解可以更丰富些。

最关心和最期望看到的家庭教育类话题 家长和学生之间如何相处;心理健康;孩子的人格塑造和三观培养;对早恋的教育和引导;有关孩子追星的引导;让孩子学会独立;让孩子学会爱;让孩子学会承担;孩子怎样把书本里的知识学活;多增加一些古代典故的文章等。其中,大部分家长共同建议增加有关家长和子女沟通方面的话题。



互联网时代

网络时代是指在电子计算机和现代通信技术相互结合基础上构建的宽带、高速、综合、广域型数字化电信网络的时代。在信息高科技的强有力的支持下,人类的文化传播进入了一个崭新的时代,即人们所称为的网络时代。网络时代给文化传播带来的极大快捷与便利,人们几乎每天都要与网络打交道,它已经成为日常生活中不可或缺的一部分,可以说网络等大众传媒已经大大地改变了人们的生活。信息从网络上取得,信息也可以拿到网络上去发布。网络时代已经是一个现实它对传统的信息采集、信息加工和信息分析及信息公布的方式形成很强的冲击。近来美国著名的因特网杂志将信息时代指称为网络时代。若将网络作为社会交往和生活的主要和重要的手段的社会历史阶段称为网络时代,可以说当前我们正处在向网络时代过渡的时期。

互联网思维

互联网思维,互联网时代的思考方式,不局限在互联网产品、互联网企业。就是在移动、“互联网+”、大数据、云计算等科技不断发展的背景下,对市场、用户、产品、企业价值链乃至对整个商业生态进行重新审视的思考方式。这里指的互联网,不单指桌面互联网或者移动互联网,是泛互联网。最早提出互联网思维的是百度公司创始人李彦宏。在百度的一个大型活动上,李彦宏与传统产业的老板、企业家探讨发展问题时,李彦宏首次提到“互联网思维”这个词。他说,我们这些企业家们今后要有互联网思维,可能你做的事情不是互联网,但你的思维方式要逐渐从互联网的角度去想问题。现在,这种观念已经逐步被越来越多的企业家、甚至企业以外的各行各业、各个领域的人所认可了。但“互联网思维”这个词也演变成多个不同的解释。

“互联网+”

“互联网+”是互联网思维的进一步实践成果,是创新 2.0 下的互联网形态演进及其催生的经济社会发展新形态。通俗地说,“互联网+”就是“互联网+各个传统行业”,但这并不是简单的两者相加,而是利用信息通信技术以及互联网平台,让互联网与传统行业进行深度融合,创造新的发展生态。“互联网+”代表一种新的社会形态,即充分发挥互联网在社会资源配置中的优化和集成作用,将互联网的创新成果深度融合于经济、社会各域之中,提升全社会的创新力和生产力,形成更广泛的以互联网为基础设施和实现工具的经济发展新形态。它推动经济形态不断地发生演变,从而带动社会经济实体的生命力,为改革、创新、发展提供广阔的网络平台。这其中关键就是创新,只有创新才能让这个+真正有价值、有意义。

蝴蝶效应

蝴蝶效应是指在一个动力系统中,初始条件下微小的变化能带动整个系统的长期的巨大的连锁反应。任何事物发展均存在定数与变数,事物在发展过程中有规律可循,同时也存在不可测的“变数”,往往还会适得其反,一个微小的变化能影响事物的发展,说明事物的发展具有复杂性。对于这个效应最常见的阐述是:“一只南美洲亚马逊河流域热带雨林中的蝴蝶,偶尔扇动几下翅膀,可以在两周以后引起美国德克萨斯州的一场龙卷风。”其原因就是蝴蝶扇动翅膀的运动,导致其身边的空气系统发生变化,并产生微弱的气流,而微弱的气流的产生又会引起四周空气或其他系统产生相应的变化,由此引起一个连锁反应,最终导致其他系统的极大变化。这是一个比喻,也是蝴蝶效应的真实反应。不起眼的一个小动作却能引起一连串的巨大反应。



锻炼孩子大脑的 n 种方法

大声读。朗读的过程是把视觉刺激反馈给听觉,并加以确认,它所带给大脑的刺激要比默读多得多,因此记忆也更加深刻。需要获取和分析信息时宜选择默读,记忆信息时宜选择朗读。关掉声音看电视。阻断声音,仅靠画面去分析电视里正在播放的内容。这样做能刺激大脑皮层,并训练自己集中注意力去做一件事情。带孩子尝试绕路走。有空的时候可以尝试一下绕路而行,即使迷路也没关系。为了找到正确的路径,孩子会开动脑筋,而这种满负荷运转状态对锻炼大脑十分有益。带孩子去陌生的地方通过体验未知世界,能让大脑空间更加广阔。去没去过的地方,见没见过的东西,可以使大脑保持新鲜的状态。教孩子换个角度看问题有些东西即便绞尽脑汁也是想不出来的,需要尝试从各个角度去观察和思考问题,这样大脑也会越来越灵活。

教育供给侧改革

教育领域的供给侧改革,是指提高教育供给端的质量、效率和创新性,丰富教育供给结构,为受教育者提供更丰富、多元的教育资源、教育环境和教育服务模式,并逐步打破原有单一的培养模式、统一的课程资源、僵化的考试评价,使我国的教育能更贴近学生的个性需求,满足未来社会对人才培养的需求。十八大以来,教育发展核心是公平、立德和改革,解决均衡与公平问题、质量和效率问题、教育理想与社会现实问题、国家需要与个人期望问题。教育资源供给与服务是关注学生的实际获得。建立服务于学生成长的“统一战线”,就必须努力提高教育供给端的质量、效率和创新性,尊重和贴近学生的个性发展;还必须努力改善教育供给结构,实现教育改革从“需求侧的拉动”到“供给侧的推动”的根本转变。

长江的别称

长江是我国最大的河流,也是世界上第三长河,仅次于南美洲的亚马逊河和非洲的尼罗河。它发源于唐古拉山主峰的格拉丹冬的雪山,全长6300多公里。长江流经青海、西藏、云南、四川、重庆、湖北、湖南、江西、安徽、江苏和上海等11个省、市、自治区。长江某些地段有它的别名:沱沱河,长江正源,又称乌兰木伦河,蒙古语意为“红河”。通天河,在青海省南部。金沙江,是青海玉树直门达巴塘河口至四川宜宾的一段,因产金沙而得名。自四川宜宾至湖北宜昌一段称川江。奉节白帝城至宜昌南津关一段江水因穿过著名的三峡,故又称“峡江”。自湖北枝江至湖南岳阳东北的城陵矶一段因流经古荆州之地而称荆江。江西九江一带的长江古称浔阳江。长江的安徽段称为楚江。江水流入江苏境内到扬州附近则称扬子江。

欧阳修炼句

欧阳修是北宋著名的文学家,其散文说理畅达,抒情委婉,被列为“唐宋八大家”之一。欧阳修的杰出成就是与他苦学苦练分不开的。据说,他每次写文章、写信,甚至连写一张便条,都要打草稿。有时,他把草稿贴在卧室内,坐卧观之,反复琢磨,一改再改,有的文章改到最后,原稿已面目全非。就这样,一直改到他认为满意时,才拿给别人看。他的散文《醉翁亭记》,初稿上写滁州四面有这个山那个山,写了几十个字,最后改到只有“环滁皆山也”这五个字。有一次,他与一位同事外出游玩,看到一匹奔马踩死了伏在地上的狗,就问:“把这事记下来,你怎么写?”“有犬卧通滁,逸马蹄而死。”同事回答说。欧阳修听了摇摇头,“如要你去编史,恐怕万卷也写不完呢!”同事请教怎么写才好,欧阳修答道:“逸马杀犬于道。”