

馬來西亞師資培訓課程—愛心伴孩子成長 肖陳穎老師主
講 (第三集) 2007/12/19 馬來西亞金馬皇宮酒
店 檔名：52-263-0003

尊敬的各位領導，各位老師，大家上午好，老師們請坐。以前我就聽到詞語叫夾道歡迎，不知道這個詞語是什麼感受。結果到了我們馬來西亞，終於讓我體會到原來夾道歡迎是這樣，讓我幼小的心靈很受震撼，覺得有點受之有愧，也是受之不起，因為自己做得非常的不夠；我們這些長輩，有經驗的前輩，還這樣的鼓勵，真的是非常的感恩大家，謝謝各位老師。

剛剛我們在談到中國的古聖先賢，他們真的是留給了我們最好的教育，最好的教學的目標，很明確的教學目標，要經營孩子一輩子的幸福；最好的教學的內容，所有的教學都是關照孩子的那顆心境，而不會被外在的表現所迷惑；也給我們最好的教學的方法。在中國的一部書籍上面，叫《了凡四訓》，是一個叫袁了凡的先生，他寫的家庭的經驗留給他的子孫。他就講到，「不論一時而論久遠，不論現行而論流弊，不論一身而論天下」。他講到我們在看待一件事情的時候，要用這樣長遠的、開闊的眼光去看。怎麼理解？他講，不要看現在一下，要看得比較長遠；不要看現在的狀況，要看它以後的影響；不要只想著我一個人，要想到天下人。

所以當時商紂王，在古代這些讀書人就很有這樣的智慧，他從一個細微處就能夠看到一個人的興衰，甚至一個國家的興衰。當時商紂王他想用象牙筷子來吃飯，他的一個大臣就說，這樣一個行為是亡國的行為。別人會覺得很奇怪，一個皇帝用象牙筷子，那很正常。但是其實這個有智慧的長者，他看到的是象牙筷子吃飯的背後，商紂王他當下的那顆心是怎樣的。他一旦貪心起來、奢侈的心起

來，那個叫「欲是深淵」，掉下去欲望沒有滿足的時候。所以他就分析，你看用象牙筷子吃飯，要吃怎樣的菜才配得起這個筷子？可能需要山珍海味。好了，用象牙筷吃山珍海味，要怎樣的盤子才配得起這些菜？可能要金盅玉碟。這些金盅玉碟加上山珍海味，又要怎樣的房子、怎樣的傢俱才能配得起這樣的食物？就要豪華的宮殿。吃飯的飯廳是這樣的豪華，睡覺的臥室要怎樣？那也要配套，不可能睡在茅草房裡面，所以要建造豪華的宮殿。豪華的宮殿，費用從哪裡來？費用要找人民。在那個時候人民本來就已經非常的貧困，如果國王還要去搜刮民脂民膏，一定會激起人民的憤怒，所以一定會造反。最後商朝就滅在紂王的手上。

所以古人他們看事情，會從一個細微的地方看到長遠的影響。其實我們剛剛在講「禁於未發之謂豫」，就是我們現在看到孩子一個細微的表現，把他往長遠來看會是一個什麼樣的狀況。當時我們說要讓孩子多做家務，有的家長說，他說做家務可以請傭人做，我的孩子生下來就是來享福的。我們就跟他們講到，什麼是享福？如果我們自己觀念不清晰，到底在享福還是在消福，我們不知道。後來我跟小朋友寫了一句話，「享福消福，吃苦了苦」。你在享福的同時，其實我們很簡單去思考一下就能夠體會，我把它寫一下。「享福消福」，福盡苦就來，但是「吃苦了苦」，苦盡甘來。我們往後面看就能看得清楚，一個孩子他還很小的時候，他還沒有為家裡做任何的付出、沒有為社會做任何的貢獻的時候，他就不斷的在享受。我們跟孩子講，這個其實是在折你的福報，在消你的福報，哪裡是在享福！當你的福報一旦用完了、消光了，接下來的就是苦。所以古人講一句話叫「由儉入奢易，由奢入儉難」。

一個孩子從小如果過慣富足、懶惰、享樂的日子，如果有一天他沒有辦法，如果當他自己出去，隻身在外，或者父母不在身邊的

時候，突然之間他會手足無措，他會覺得世界末日都到了，因為他可能連衣服也不會洗。這個不是聳人聽聞，因為曾經真的是這樣。在一個大學裡面，有個孩子開學一個月跳樓自殺了。後來問原因是什麼？原因說出來我們都會大跌眼鏡，原因是這個孩子他很痛苦，他說因為學校的飯菜不合口味，是原因之一；第二個原因是我的衣服我不會洗，我的衣服全部都穿完了一遍，不會洗。因為這兩個原因他可以跳樓。

我們現在看到，這個孩子如果從小養成了一個好習慣，其實真的，苦和樂到底在哪裡？一個孩子如果每天都在貪求當中，那是真苦。身體的苦其實不是真的苦，內心的苦那才真的苦。一個孩子如果他在勞動的時候，其實我從很多小朋友的日記看到，愈勞動為家裡付出的時候他是很樂的；雖然身體累一點，其實他的內心很樂。所以我們講，快樂來自於哪裡？行孝最樂，行善為樂，助人為樂。真正的享樂那不是樂，那是自己一時的麻醉自己而已，因為它不是讓我們人生過得很踏實的，讓我們的內心有這種踏實感的這種快樂，它不是。我們從小讓孩子幹家務活，讓孩子去體會父母的辛勞，去行孝、去行善。在這樣的過程，服務他人，培養自己各種能力的時候，孩子從小就能體會真正的快樂。

我們這樣去講，孩子就會很願意去做，這個其實也是「禁於未發」，在一些不好的情況出現以前，我們先把它預防。預防以後，比如說我們孩子學會了這些自我生存的能力，他走到外面，我們父母不會擔心。但是如果現在我的孩子連吃飯，挑剔吃飯、挑剔床鋪，挑剔穿、挑剔吃，衣食住行都挑剔，他的適應能力會很弱，我們父母可能會一直為他操心。如果兒子一刻不在身邊，我們就會很擔心，不知道今天會出現怎樣的狀況。但是從小培養孩子自立，我們的心裡會很安，知道孩子以後會怎樣，我知道他在外面可以讓我們

很放心。

之前我聽到蔡老師的講課，當中提到一位很有智慧的長者，我不知道各位老師有沒有聽過盧叔叔？有聽過嗎？好像不多。這個智慧的長者，他自己事業經營得很好，家庭也經營得很好，他的孩子也教得很好。當時他的兒子畢業的時候去應聘，公司裡面去應聘，老總跟他講的是你想要多少工資你自己開。我們講到這個孩子能夠教成這樣，而且孝順父母，對人都很有禮貌，怎麼教的？當時蔡老師給我們講了一件事情，我們就感受到這位長者的教孩子禁於未發的那種智慧。因為他自己，盧叔叔自己，很年輕就成為了一個總經理，而且底下的員工有八萬人。不是一個小小的總經理，那是真實的一個很有才能的管理者，很有德行的領導。他的員工有這麼多人，他是這樣一個地位，他的兒子還很小，他怎麼教？最容易長養的是怎麼樣的情緒他都知道。

老師講到，盧叔叔整個當總經理的過程，從來沒有讓他的兒子看到他坐小車回家。因為在那個時候，可能現在小車都比較普及，不太覺得，但是在那個時候可能小車還不太普及，坐小車回家可能兒子會覺得不太一樣。所以盧叔叔每次坐車，坐到自己家巷子的外面就停下來，然後走回家，從來沒讓他的兒子看到過他上車。而且在整個他的兒子成長過程當中，從來沒有把兒子帶到他的辦公室過。我們考慮一下，為什麼要這樣做？他是一個八萬人的總經理，他的兒子如果去了辦公室，周圍的同事會對他的兒子說什麼？他的孩子會看到他的父親這個辦公室一定和其他人的不一樣。如果這樣去做，孩子心裡會生起怎樣的心境？傲慢心一定會生起來。甚至回到學校就跟同學講，你知道你爸爸是做什麼的？我爸爸是怎麼樣怎麼樣，然後就開始比，你的爸爸辦公室有多大，我爸爸是怎樣。傲慢心一長起來，要再給它伏下去就很難。盧叔叔他有這樣的智慧，杜

絕了讓孩子生起傲慢的這樣的機緣，不帶他去辦公室。並且他還做了一個決定，每個週末陪家人坐公車出去旅遊，出去外面踏青也好，散步也好，並且帶上他的孩子的爺爺奶奶。我們去想像一下，在公車上可以教孩子什麼？可以教孩子如何禮讓，如何給老人讓座。讓他的兒子覺得我跟其他人沒有任何的區別，我跟其他的孩子一樣，這種傲慢心他就不會再長起來。當時我們感受到一個長者教孩子，他的這種禁於未發的智慧，真的是讓我們也非常的佩服，要看得很長遠。

曾經我在深圳教學，也是班上也有一些總經理，還有這些孩子。我曾經就有一個機會跟一個小朋友一起到了她母親的辦公室，她母親是個總經理。我一去，我就看到這個孩子非常的熟悉，坐在比她整個高出半截的老闆椅上面在那兒轉圈。轉一會兒，然後又在冰箱裡面拿吃的，非常的隨便。其實當下我們感受到的，這個孩子她有很強的優越感，她覺得自己就是一個總經理的女兒，非常的得意。她有這樣的心境，去面對同學的時候，她跟同學的關係能夠相處得特別融洽嗎？她會覺得你媽媽是做什麼的。而我們再去思考，如果這個孩子從小養成這樣的判斷力，她交朋友會以什麼與朋友相交？她會用權利和勢力去判斷一個朋友。剛剛我們講的，「勢傾則交絕」，一個人不可能一輩子一帆風順，如果當他有一天從上面一下子不小心遇到了挫折的時候，他有沒有足夠的能力去面對這個挫折？我們如果真的理智，面對孩子、教導孩子，我們從小讓孩子避免他長養這些不好的情緒。

另外這個教育方法是「當其可之謂時」，這個意思就是機會教育。機會教育其實非常的有效，為什麼這樣講？因為機會出現的時候就是最好的教導孩子的時候。什麼時候是一個機會？第一，就是第一次做的時候，是個很好的教導的機會，所以我們講要慎於開始

。比如說當一個孩子第一次他不會做，拿到一個東西來問我們的時候，這就是最好的教導他的時候。比如說洗碗，一個孩子他不會洗，或者說洗衣服，我們現在很多家長說我的兒子很懶惰、我的女兒很懶惰。我們就會問他，你的兒子和女兒是不是一生下來就這麼懶？我們回憶一下，當這個孩子很小的時候，我們正在洗衣服，這個兒子或者女兒他很有興趣，他想來跟我們一起洗，但是這個時候我們在做什麼？當我們在擦桌子的時候，這個孩子可能那個時候剛剛學會走路，他就想來幫媽媽擦桌子。但是這個時候我們在做什麼？我們說：趕快走開，不要擋著媽媽幹活，你還浪費我的時間。當孩子來洗衣服，他可能是在那裡玩水，他覺得很好玩。這個時候很多母親就說：你不要來幫倒忙，你把衣服弄髒了，我還要多洗一件。

其實這都是最好的機會，因為這時候孩子很好學。如果這個時候我們告訴孩子，比如說在擦桌子，孩子過來他來玩，這時候我們可以教他說：寶寶你真能幹，這麼小就能夠幫媽媽幹活。孩子一被鼓勵，他的那個力量就幹得更起勁。這時候我們再教他，你可不可以這樣擦？像媽媽這樣擦。桌子的桌面他搆不著，我們還可以把他抱起來讓他做，擦了桌面，再教他擦桌子的旁邊，孩子會覺得原來幹活這麼快樂。所以這是一個機會，我們有沒有把握住這樣的機會教孩子？如果已經把握住了，我們很多孩子的缺失就能夠給他扭轉過來。

有的家長說，我的兒子已經錯過了這個機會，怎麼辦？其實機會時時都在，慎於始是個機會，現在有時候還是會有這樣的機會。孩子不會，來問我們的時候，我們可以盡心盡力的引導他，首先肯定他為家人付出的這顆存心，進而再引導他學會做事情的方法。首先是存心第一，要讓保持他這種孝心、這種服務的心，然後再教方法。另外還有機會，就是犯錯的時候也是教他的時候。我們現在很

多家長也好，遇到一些老師也好，都特別害怕孩子犯錯誤。當時我也細細的去體會，其實因為我們沒有意識到，犯錯的時候其實是教他的最好的機會。怎樣是這樣的一個狀況？我跟我們班的小朋友講，我說老師不怕你犯錯誤，我絕對不會怕你犯錯誤，我怕的是你犯了錯誤不認錯。我們想問一問各位長輩、各位老師，一個孩子犯錯誤可怕，還是他犯了錯誤不承認，掩飾錯誤，更可怕？犯錯他不是故意的，或者他有的時候是習氣使然，壞習慣促使的。犯了以後，更重要的是如何來改進，避免以後不犯錯誤，這才是一個關鍵。而不是批評他、責罰他，責罰以後，這個孩子他很怨，下次他就仍然犯錯誤，但是他犯了以後的想法就是我如何躲著不讓你發現。我就跟這些小朋友講，我們有這樣一個態度，就是你犯了錯誤老師不會怪你，老師只是想幫助你。讓孩子知道我們是去幫助他，不是謾罵、責怪。

當時有一個小朋友，那天我在上課的時候，就發現黑板擦不見了。我一問，全班都不講話。當時我就沒有再問下去，就另外找了一個擦掉。結果晚上這個孩子就給我寫了一篇日記，他說老師，對不起，我今天沒有承認，是我把黑板擦弄丟了。他說我是怎樣弄丟的？他說我要抖粉筆灰，我在抖灰的時候，發現灰塵到處飛，我就到窗臺口去抖灰，一抖風就可以吹散，結果一不小心就掉到學校外面的巷子裡。他說我過不去，也沒有去撿到，就不見了。他說老師對不起。

如果我們面對孩子這樣一篇日記，我們怎麼去面對？要不要再罵他一頓？我當時就感覺到很可貴。為什麼？因為他自己有勇氣承認錯誤，這一點態度就值得我去讚歎。我跟他批註了很多，第一個我就跟他講，我說老師很感謝你對我的信任。我說我很感謝你對老師的信任，因為要想幫孩子，我們如果心裡時時想著我是來幫孩子

的，我就會提得起來一種心境，我如何才能幫到他，絕對不是發一頓脾氣能夠真正幫到他。我首先覺得，孩子跟我們建立信任那是首要重要的，有信任，孩子才會聽話，才願意聽我們的勸告。我當時很感動，這個孩子能夠信任我，把這樣的事情告訴我。我後來也在想，如何建立跟孩子的信任？我們自己要以身作則，說話算話。

我會去分析，孩子為什麼犯了錯不敢告訴老師？我們思考一下，孩子如果犯了錯，為什麼會不敢告訴老師、不敢告訴父母？因為他犯錯以後，如果老師和父母知道了，他得到的不是幫助，可能是一頓責打，可能是一頓的謾罵、批評，但這些批評其實沒有真正幫到孩子。但是我們去靜下心來想，老師和家長其實都是很想為孩子好，為什麼我們愈去為他好，孩子卻愈來愈躲著我們？愈來愈我們中間隔閡愈來愈厚？為什麼會這樣？甚至我們有的老師也講到，包括夫妻之間，我明明就是對他好，為什麼我愈對他好，他反而愈是跟我格格不入，中間的鴻溝愈拉愈遠？很多母親也這樣講，我明明就是為我兒子好，他為什麼把話給他的同學講，卻不告訴我？我們想一想原因到底在哪裡？我們真為孩子好嗎？他有沒有體會到老師和媽媽在幫助我？他犯了錯的時候，他這時候可能真的需要幫助，但是我們給他的是有真的幫到他嗎？他給同學講，同學可能會安慰他。但是如果跟媽媽講，可能就是一頓打。

所以，我們不得不靜下心來，重新去思考如何能真正幫到孩子？想要真正幫到孩子，我們就要體會什麼是真正的愛。愛是用心感受，絕對不是控制和佔有，愛是站在對方的角度去思考，愛，我們昨天唱歌，是無私無我的為對方付出，甚至無求的付出，那才是真愛。不是說我對這個孩子，我現在這樣對你的目的是要你考一個好成績給我，那是交換，那是在逼孩子走一條路，那不是真愛。但是我們去想其實父母都是很愛自己的孩子，沒有父母不愛的。我們愈

來愈感受到，不管是老師也好、父母也好，都得回到原點，從頭學起什麼是愛，才能真正幫到孩子。

當孩子犯錯的時候，我們去體會《弟子規》上的話，就能感受到真正的幫孩子是怎麼幫。《弟子規》上講犯錯有兩種，一種是無心非，一種是有心，過失有這兩種，一種是「無心非，名為錯」，一種是「有心非，名為惡」。不管無心和有心，《弟子規》上都講，「過能改，歸於無；倘揜飾，增一辜」。不管有心無心，你當下改了，這個過就沒有了，但是「倘揜飾，增一辜」，你還去掩蓋過失，那你就是錯上加錯。當時我跟小朋友講，你犯了過失就像什麼？就像你發現了一塊垃圾。你不犯，你還不知道你身上有這個垃圾，你犯了過失，這要恭喜你，因為你發現敵人在哪裡。你要發現敵人，你才能夠去面對敵人，才能夠打敗敵人。所有的敵人只有一個，就是自己的壞習慣，我們要把敵我分清楚。你發現了敵人，也發現了垃圾，怎麼辦？首先你要認清楚，你要承認，所以要知過，首先要知過，因為有的孩子，他連錯了他不知道自己錯了。我就跟這些小朋友講，有的同學他去嘲笑別的同学撿垃圾。我就問他，扔垃圾好還是撿垃圾好？他們說撿垃圾是好事。但是為什麼現在扔垃圾的人沒有人笑，反而撿垃圾的人有人笑？什麼原因？那是因為我們自己的心裡沒有一把判斷是非善惡的尺子，我們沒有尺子，才會人云亦云。覺得很多人都在扔，我扔沒關係，但是沒有人去撿，覺得有人撿好像很沒面子，不是這樣。

我跟小朋友講，你有正確的判斷力你才能夠做對的事情。你有正確的判斷力，你去對照什麼是判斷力？《弟子規》就是最好的一把尺子。比如說「父母呼，應勿緩」是對的，那父母呼你沒有應，是對的還是錯的？你就是錯的。你沒有應，你就要立刻改，這個就是發現了敵人。你每天讀《弟子規》，就是在找我還有哪些不夠，

我身上還有哪些垃圾。找到垃圾，認過，承認這是不好的，並且改掉，你就每天「德日進，過日少」，德行每天都在提升，過失一天比一天少。你身上的垃圾一天扔一個，一天扔一個，你會愈過愈輕鬆、愈過愈自在，你能獲得真正的人生的自由。

我們很多孩子說老師，我要自由，我們現在有很多青少年也講我要自由。我就問他們，什麼是自由？孩子說隨心所欲就是自由，我想幹嘛就幹嘛，我就自由了。我當時給他講，你想幹嘛就幹嘛，有自由嗎？很簡單，你說我想上課的時候把腳放到桌子上，好，你放上來。放上來，接下來的是什麼？你影響了課堂的紀律，下課老師就會找你；你說我想在馬路上橫穿，我就是不守規矩，我要橫穿馬路，我要在高速路上走來走去。可能出現的就是發生車禍，你被撞死了。你要自由，可能沒有自由。

這樣講孩子還不太明白，我還給他們舉個例子。我說比如說我們大自然有運行的規則，像地球繞著太陽轉，它一直都沿著一個軌跡在轉。如果太陽說，我今天不幹了，我要自由，我要豎著跳一下，或者地球說我要橫著來搖一搖，出現的狀況會是怎樣？可能就會出現宇宙時報就報導，兩個星球相撞了，從此以後，地球這個名字就再也沒有了。他要的這種自由是招來的自我毀滅，那不是自由。因為一個人你不可能一個人在地球上生存，我們每個人都是團體的人，我們作為一個團體的人，我們就要遵守做人的規則。就像你開汽車一樣，開車要有開車的規則，違反規則可能會出交通事故。做人也是一樣，如何做一個兒子，如何做一個學生，如何做好同學，這才是真正的在學習自由。如何來獲得真正的自由？要改掉自己以前不好的習慣，你才能獲得真正的自由，那才是真正的自己的主人和英雄。

所以，犯錯的時候是一個機會來了，因為你發現垃圾，你第一

個要知過，知過要有正確的判斷力，《弟子規》給我們正確的判斷力。我們跟孩子講，每天讀《弟子規》的目的不是去背，而是去對照我今天能不能找出我的壞習慣，能不能發現身上的垃圾。讀一遍就找一遍，讀一遍就找出一塊垃圾，然後扔掉，認過，認過是要承擔責任。這個小朋友他把黑板擦弄丟了，我當時就跟他講，弄丟了不要緊，這件事情可以是好事，也可以是壞事，關鍵在於你如何去面對這件事。你如果「倘揜飾」，這件事就是壞事，因為你在這件事當中損失慘重。為什麼？粉筆擦丟了，這只是一個損失而已，這個損失是物質上的，還不足我們去講它。但是因為這件事情讓你的心境下墮，因為你「倘揜飾」就是不誠實，你這樣的心境更是得不償失的。如果在這件事情當中，你能得到提升，丟黑板擦是一件好事。

所以我跟他講，你要承擔責任，然後要改過，改過就是要把原因找出來。粉筆擦丟了是結果，原因在哪裡？這個孩子就講，我說原因一定是你當時心裡在想其他的事情，《弟子規》的「執虛器，如執盈」你沒有做到。什麼意思？端著空的盆子、端著空的水杯，也像是端著滿滿一杯水一樣的這樣的恭敬去做。你拿著粉筆擦到窗臺上去抖，你如果是這樣的恭敬，你不會把它掉下去。一定是你當時跟同學開玩笑，或者心不在焉，才會掉下去。找到原因，我們以後如何避免？以後隨時隨地做事情專注、認真，你就能避免發生同樣的錯誤，這才是根本的解決問題的方法。

比如說一個孩子他把黑板擦弄丟了，他的心境是心不在焉做事的，第二天他可能會把杯子打碎，第三天他可能會弄丟一個本子，他會丟三落四，一定是這樣，因為他的心境沒有恭敬，沒有認真。所以把原因找出來，但是同時我要給他承擔責任，我不是去責怪他，而是讓他知道，你犯了這個錯誤，一定要有這樣的心境。當時我

跟他講，弄丟了東西一定要賠償，一定要讓孩子賠償。如果不賠償，他會覺得反正老師也拿我沒辦法，我下次再錯了，我再承認錯誤就好了。那這個孩子就不斷的犯錯，不斷的認錯，不斷的認錯，他仍然不斷的犯錯。所以我跟他講，我說你要承擔責任，你要賠償。如果賠償你覺得我自己現在賠不了，我說可以，老師可以幫你買一個來賠給學校，但是你自己想怎麼辦？你可以用你的體力為班級付出，來作為賠償。當時他就講我為班上做清潔一個星期，他自己講。我說可以，你做清潔的時候，你的想法就是懺悔我自己沒有做對的事情，這樣才讓孩子印象深刻。要不然他下次犯了錯，反正也沒有什麼懲罰。

我們現在講，懲罰到底好不好？其實關鍵還是在我們的心境。我們懲罰孩子不是去責怪他，而是去幫助他的懲罰，孩子心裡不會有怨，即使你罰他，罰得他很快樂。當時我們班也出現這樣的狀況，有小朋友上課，老在下面講話。我當時就跟孩子開玩笑，我說你要是再講，我就用封口膠把你的嘴巴封起來。沒想到下午有個小男孩果然就帶了一卷封口膠給我，我當時就騎虎難下。果然上課了，沒一會兒下面又開始講話。我已經講了要用封口膠，怎麼辦？當時我就把這個同學叫上來，我叫他的時候，其實我不是真正想罰他，是想幫他。我跟他講，我說講話對不對？因為我們講了很多次，上課不可以在下面亂講。小朋友說不對。那你為什麼講？我跟全班同學講，我說老師現在批評的不是這個同學，而是他的壞習慣。因為他被壞習慣所控制，他自己也很痛苦。為什麼？他自己知道講話不對，但是他控制不了自己的嘴巴，他的嘴巴老想講，所以我們要幫他改壞習慣。

幫他，可以提醒他，是一種幫；自己提醒自己，也是一種幫；還有一種，是可以請求這些外界的，利用一些東西來幫他。我說現

在可以請出封口膠來幫你，你願不願意接受它的幫助，打敗敵人，成為英雄？這個孩子很高興說我願意。然後他就上來，很雄赳赳氣昂昂的走上來。我說你要請封口膠幫忙要感謝，他給封口膠鞠了一躬，說謝謝你幫助我改正壞習慣，然後非常英勇的把封口膠貼在了嘴巴上。當時這個封口膠貼上去，但是孩子反而很快樂，因為他覺得是在幫助他戰勝壞習慣。他貼了以後，坐在座位上，面帶微笑。全班的同學，居然還有幾個同學說，老師我也要貼，他們自己還自告奮勇說老師我也要貼。我說不可以，這個法寶不可以亂用，要首先讓自己戰勝壞習慣，如果你自己能力現在不夠，你再請封口膠來幫你。

所以處罰了孩子，但是孩子沒有怨，他甚至很感恩。原因不在於我們用什麼方式去做，根本還在於我們的心境是不是真的在幫孩子。真的有幫他，孩子會很感恩，哪怕老師打他，他都會把教鞭請出來，請老師，說老師你幫幫我，打我兩下，我的腿就是不聽話。我們還說，一般老師還不會輕易的動手，你自己最好能夠管好你的腿不要亂動。所以每一次我們即使責罰孩子，孩子不會有怨，反而他還很感恩老師，那犯錯就不會是一件壞事。錯了，我們就把敵人揪出來，並且讓孩子承擔責任，改過。這個習慣如果一旦養成，會讓他受益一生。

我就記得當時有一個老師，他的同學，一個律師，很知名，有一個女兒，從小父親就教導她做人要誠實。這個女兒在國外留學以後，就留在一個外資企業工作。在這個工作的過程，有一天她突然發現，因為她自己的失誤，使公司損失了十萬塊。這個數字對於一個剛畢業的人來講不是一筆小數目，那個時候還沒有人發現，沒有人發現這十萬塊虧空，她發現了。她那時候如果遞交辭呈，她可以就走掉。但是因為這個孩子從小父親教她要有承擔、要誠實，所以

她主動的去跟領導認錯。她說對不起，因為我的過失使公司損失了十萬。她因為有這樣的態度，承擔責任。不管我有沒有能力，首先我要有這樣的態度，我的能力可能還不夠，但是我的態度不可以錯。所以她跟領導講，她說這個十萬塊我現在還不了，但是我一定會還。如果公司相信我，留我在這裡，我會繼續工作，在每個月的工資裡面拿錢出來，還清這筆錢。如果公司覺得我不合格，因為做錯了事，我到另外的公司，也會分期把這筆錢還過來。

這個領導一聽很激動，站起來走來走去，這個小女兒也忐忑不安。當時這個領導就站下來以後，就從兜裡掏出一支鋼筆，他說我一直在想，我拿什麼送給妳比較好，這支筆跟了我好多年了，我要把它送給妳。他說我不僅不會辭退妳，他說我太高興了，因為我正要中國去開發市場，要找那邊的負責人，我還沒有找到一個讓我能夠信任的人。他說現在我終於定下來人選了，我就要派妳去，並且派妳上崗的獎金就是十萬，你這十萬塊不用還了。因為她的這種態度，承擔、誠實的態度，讓她贏得了更好的工作的機會。

其實人生有沒有偶然？我們覺得好像剛剛好，其實不是這樣。我們另外思考一下，如果這個孩子從小學會了投機取巧、耍滑，她可能會利用各式各樣的方式，「倘揜飾，增一辜」。她會掩蓋自己的這種過失，然後逃掉，為自己開脫。她如果逃掉了以後，我們思考一下，她的人生會又走到怎樣的境地？不管她走到哪個公司，我們去思考一下，這十萬塊是不是不用還了？可能在錢上面，這十萬塊不用還給公司，她逃掉了，但是這十萬塊會在她的心裡壓多久？這個債務會在她的背上背一輩子。她這一輩子不論走到哪裡，她的心裡都會背著這十萬塊的陰影，因為那是違背良心的事情。可能有一天她得癌症，這個就是最初的原因。所以我們講一個人的良心隨時都在，讓孩子有正確的人生的態度，他能夠趨吉避凶，甚至能夠

獲得很好的工作的機會。我們現在看到機會教育其實時時都在，包括我們的孩子如果已經很久了，有些不好的習慣，我們當下知道了，都可以給他矯正過來，關鍵就是在於我們的心境有沒有真想幫他。

當時有個父親也跟我講一件事，他說他的女兒快要上小學了，但是還有一個壞習慣，就是做好晚餐叫女兒吃飯，女兒在房間裡看電視，叫半天不下樓。我不知道我們有沒有遇到這樣的孩子？好像都沒有。他說叫半天不下來，那天我想一定要把這個壞習慣給她治住。這個爸爸就跟她母親商量，我們今天要來進行治療孩子疾病的行動。於是他們開始就做飯，只做了兩個人的飯，做好以後，像往常一樣叫女兒吃飯，女兒也像往常一樣理也不理。但是他們這次很高興，就說我們把它全部幹光，就把飯全部吃掉。吃完以後，過了一會兒，女兒就下樓了，一看桌子已經收空了，媽媽在洗碗。女兒很驚訝，說為什麼現在洗碗？這個時候我們怎麼回答她？要不要講說：剛剛叫妳，妳自己不下來，活該！這樣講的話，女兒可能就會馬上跟我們吵起來。父親非常的溫和、平靜的跟他女兒講：剛剛叫你，你沒有下來，我們以為你不餓。女兒說：爸爸，我現在餓了。她說餓了。這個爸爸也非常的平靜又跟她講，等下一餐！

這個女兒覺得很憋，因為她自己幹的事情，父親也沒有跟她發脾氣。她就跑去找媽媽，拉她媽媽的袖子說媽媽，我餓了。她的媽媽因為以前跟父親有商量好了，也跟她說只有等明天早上再吃了。女兒覺得很委屈，就跑去拉冰箱，冰箱拉開一看，裡面是空的。因為她父親講，要治就要徹底一點。這個女兒就哭起來，就跑到樓上去哭了。她的媽媽就心軟了，就轉過來問她的先生說你看怎麼辦？要不要給她做一點吃的？她的先生仍然態度堅決，但是很平靜跟她母親講：面對敵人決不能手軟。請問各位老師，誰是敵人？我們的

女兒不是。但是壞習慣會讓我們的女兒一輩子受它的奴役，它是敵人，是我們共同的敵人。我們如果做老師、做家長的，能夠明明白白我們在幫孩子，我們認清楚，要給孩子戰勝壞習慣一個助力，而不是給壞習慣一股助力，我們就明白當下我們要做什麼。我們共同的敵人是壞習慣，我們要做的事情是給孩子力量戰勝它。

他的太太也很無奈，晚上去看女兒，因為又餓又覺得很委屈，就哭著就睡著了。父母把她抱上床，也回房間。請問大家，父母能不能睡著？做父母的都知道，女兒挨著餓比他餓一頓還要難過，睡不著。半夜這個女兒就偷偷的溜進了房間，請問她要去找誰？現在的孩子都很厲害，她知道要從軟弱的地方下手。所以她去找媽媽，她去拉著媽媽說媽媽，我要餓死了。她的媽媽很想立刻就跳起來給她做飯，一想起之前她的父親跟她商量好了，說女兒半夜來找妳，妳一定要想起老祖宗的一句話，「小不忍則亂大謀」。你看我們老祖宗把這些智慧都很早告訴我們。小不忍是忍什麼？一時忍不過，一餐飯而已，餓一頓沒關係，餓不死；但是亂大謀，大謀是什麼？女兒一輩子的幸福。有人會講，有這麼嚴重嗎？我們去思考一下有沒有？如果我們去做飯了，女兒知道，你看媽媽仍然，其實不是女兒知道，是女兒的壞習慣終於又知道，父母還是心疼我，還是沒有辦法打敗我，你看我仍然可以讓他們聽我的話。現在的孩子他們都很清楚父母的底限在哪裡，他知道向奶奶撒嬌，奶奶就聽話；對爸爸要打滾，爸爸就聽話；媽媽可能需要我放聲大哭，媽媽就會聽我的話，滿足我的要求，他都知道。他會針對不同的人，使用不同的方式來滿足、達成自己的欲望。

我們去仔細看一看是不是這樣？所以一定要，我們講其實教育沒有那麼難，堅持原則；堅持原則，但是沒有情緒。為什麼會沒有情緒？不要一看到孩子犯錯，我們就火冒三丈。那個火一起來，智

慧什麼都沒有了，留給孩子的也是情緒而已。他就會找母親心情好的時候來犯錯，反正這個時候犯錯，媽媽不會生氣。所以我們自己堅持原則，有原則，但是沒有情緒。這個父親就是這樣的，說到做到，女兒就可以教得好。

但是我們現在看看我們的家長，往往是怎樣做的？恰恰相反，情緒很大，但是沒有原則。比如說我們跟孩子講，不可以再要東西，上街我不會買給你，你怎麼哭怎麼鬧媽媽都不會買給你。帶著兒子上街了，好，孩子看到玩具了，媽媽我要。媽媽說：我說過了，不會買給你就是不會買給你。這個時候孩子就開始放聲大哭，媽媽就開始打他的屁股說這麼不爭氣，讓我丟面子，心裡很難過。發了一通脾氣，孩子不僅哭，開始打滾，這個時候覺得我的面子確實沒有辦法，說回去再跟你算帳，然後就先給他買了。原則沒有堅持住，但是脾氣卻很大。孩子學到什麼？孩子知道，我一哭、二鬧、三打滾，我就能夠得到我要的玩具。因為他知道媽媽說話不會算話的，只要我打滾，媽媽就會節節敗退。所以剛好相反，沒有把孩子教好，沒有辦法教好。

這個母親一想起小不忍則亂大謀，就跟她的女兒講，馬上就要天亮了，再等一會兒。這個孩子又哭起來，她的媽媽這個時候也心疼了，但是要忍住。天才剛剛濛濛亮，母親就跳起來，衝進廚房給女兒做飯。結果發現廚房裡面已經有一個小黑影子坐在那裡，一手拿著刀，一手拿著叉。心裡肯定在想，這一餐不可以再錯過，再錯過可能又得要等下一頓。從那以後，她的父親講，一叫女兒吃飯，女兒就會立刻下樓吃飯。

當時我把這個事情講給一些家長聽，有個家長面無表情。講完了，下課就來找我，她說老師，你說的這一招我試過了，沒用，她說在我的兒子身上不管用。我就問她為什麼？她說我兒子也是叫半

天不來吃飯。我說那你怎麼做？她說我就把他拖過來，拖過來，他就大哭大鬧。我說那怎麼辦？她說我也曾經試了，說你不吃飯，我就餓你一頓。她說兒子仍然看電視，看完了到了飯廳以後，沒飯吃，他就大哭大鬧，然後打滾。我說那你怎麼做？她說我還能怎麼做？我不給他吃，他就一直哭。她怎麼做的？她還是給他吃了。所以我說因為你剛剛相反，你打他也好，罵他也好，都是情緒，但是你沒有原則，所以孩子他沒有辦法教好。他知道媽媽說餓我飯，那是假的，她不會餓我。

曾經我們在湯池有下鄉，下鄉遇到一個老奶奶，有七、八十歲了。她的兒子是村長，教得很好，這個兒子又體貼，對人、處事都處理得很好。我們就向她請教，這個老奶奶也不識字，我們說妳怎麼教妳的兒子？她說我有什麼好教的，我不就是打唄，我又不識字。其實我們就感受到，到底誰有智慧？當時我們就問她說奶奶，你打你的兒子，你捨得嗎？結果這個奶奶怎麼講，講得很樸實，但是我們去體會卻很有人生的哲理。她說，自己還有什麼捨不得打，自己打有輕重，要是自己不打，以後長大了讓別人打，不知死活。我們體會一下這句話，自己打有輕重，別人打不知死活。這是一個農村的不識字的奶奶講出的話。請問現在即使博士畢業的爸爸有沒有這樣的智慧？讓我們感受到，中國的文化它是這樣代代承傳的，它是家族、家風的承傳。

我們去體會一下這句話的含義。自己從小把孩子教好了，他走出去不會讓我們擔心，不操心。自己現在不教，到了社會有沒有人教？他可能會碰得滿臉是灰，可能會碰的鼻青臉腫。因為他不知道怎麼待人處事，他的壞習慣可能會造成他工作的丟失，可能造成他與同事的矛盾，甚至造成他夫婦離婚，甚至造成一個孩子銀鐺入獄，都有可能。原因都是從小捨不得造成的，我們捨不得一時，可能

會亂了一世，小不忍就會亂了大謀，真是這樣的。

所以我們去體會，自己不教，社會會教。這次教，可能是一次挫折會教他，可能是一次失敗會教我們的兒子，但是這一次教導，我們的孩子有沒有足夠的能力再站起來？我們去感受，為什麼現在有的大學生可以跳樓？因為他遇到了一個小小的困難，他沒有能力去面對，他的心境沒有那種智慧去跨過這個困難。因為從小我們都沒有去關照過孩子的心境，沒有去教他如何處理危機，這樣的態度沒有，因為我們都幫孩子把這些事情都做好了。其實很簡單的道理，我們常常講，溫室裡的花朵禁不起風吹雨打。因為他的環境太好了，把他移植出來，他會立刻死亡，因為他適應環境的能力太差。自己現在捨不得一時，可能會一世的煩惱，擔憂會擔憂一輩子。我們感受到古人的這種教育，在每一個時候都是機會。犯錯的時候，我們當下應該做的不是罵他一頓，起情緒，而是去抓住這樣的機會，引導孩子走出這樣的陰影。

當時我們班有同學也發生矛盾，打架。打架的時候，其實我們去體會一下，為什麼會打起來？情緒波動很大，都是他的心境不平靜才造成的，都是自私才造成的。我們班兩個同學打架，如果來投訴，到我這裡來，我一般不會問他們誰對誰錯，我不會去問這個事情經過怎樣，不去問。為什麼？我想我們當老師有個經驗，一問，孩子會怎麼講？他怎麼怎麼樣，然後那個人就會說，不是這樣的，他怎麼怎麼樣。他們都會說誰不對？都是別人不對，哪有我的錯？我們跟他們講道理，我們說一個巴掌拍不響，他也是愈說愈生氣。甚至兩個人來，我以前也問，一問，兩個人可能當著我的面又打起來。因為那個情緒，本來拉開了以後，又高漲。其實犯錯誤的時候，往往都是情緒化的時候，情緒一起來，智慧就沒有了。所以我要做的第一件事情，處理孩子的矛盾，甚至我們成人之間，很多時候

都是一樣的。矛盾起來、衝突起來，甚至夫婦鬧得要離婚，到了法院，問他們為什麼？兩個人氣鼓鼓的一想，也不知道為什麼，忘了。但是這個情緒就是反正我就是要跟妳離婚，因為情緒起來，覺得我這口氣咽不下去。一個情緒起來，智慧不見了，可能會做出終身遺憾的抉擇，因為那個時候的抉擇往往都是錯的，不是往往，是一定是錯的。

這個孩子兩個人打架，我要做的第一件事是平復他的情緒。怎樣平復？我一般，當然有很多的方法，像我常用的就是置之不理。兩個人來了以後，把他們倆拉開，一人向這邊，一人向那邊，坐在那裡，喝水也好，看書也好，反正我也不會去理他，讓他們先靜一下。其實孩子靜下來，他才聽得進去我們說話，他在情緒當中，我們講再多話，他都聽不進去的。因為他滿腦子都是憤怒，滿腦子都是剛才打架的場景，滿腦子都是剛剛他咬了我一口，我還沒有踢回去，心裡都還想著我要什麼時候再踢他一腳，他都在想這些。這個時候我把他們拉開，我不會去問。我或者要問，問其他的，我會問他今天早上吃的啥？或者問他說今天作業有沒有抄下來？好像我不知道這件事情一樣。這個孩子會跟我講其他的事，他就把這個事情暫時放下。當他恢復平靜的時候，我們再去處理，就會好處理很多。

曾經有小朋友，兩個人打架，兩個都還是比較乖的孩子，兩個人也是因為一時火升起來，兩個人就打起來。當時拉到我面前來，我也覺得很震撼，我說你們倆怎麼會打架？完了以後，我就拿了一張卡片拿給他們，我說你們倆去讀，把它背下來。那張卡片就是寫的「感恩的世界」，寫的「感激遺棄我的人，因為他教會了我自立；感激傷害我的人，因為他磨鍊了我的心智」。全部都是感激，我讓他們去讀、去背，讀了五十遍。然後我就把他們叫進來，我說背

下來沒有？孩子說我已經背下來了。這個時候我說背給大家聽一遍，他們倆就開始背。背完以後，我說你們倆應該要互相感恩，感恩傷害我的人，因為你成就了我的德行，沒有你的傷害，我還不知道我德行這麼差；有你的來惹事，讓我在這個境界當中提升我的忍耐的限度，提升我的人生的境界。結果這兩個孩子，兩個人就很高興，笑笑的，互相鞠一躬說，謝謝你給我的幫助，提升我的心境，提升我的德行。這件事情就沒有了。

所以我發現，有的孩子怒火三丈的時候，他過來，我一般就會拉著他的手，我繼續做我的事情，讓他在旁邊靜一下；或者我給他倒一杯水，我跟他說，來看看《弟子規》，或者我會拿一本描紅，拿出來說請你先把這篇《弟子規》描完。他把那本《弟子規》描完，他的氣已經早就沒有了。其實真正孩子之間的矛盾有沒有大事？不過都是一點小小的事情。但是因為這樣的事情，情緒起來，會愈鬧愈大。

道理我們講了很多，我現在很少跟他們講道理。要講，我會全班講，我不會單獨講。因為道理他們比我還能講，他們都知道怎麼樣怎麼樣，讓他們講，他們還會去跟別人講，但是就是自己做不到。做不到，不是孩子不願意做，而是壞習慣真的跟了他很久。所以我們的教育，家長和長輩還有一個態度，如果能夠做到以身作則，加上耐心，為什麼會有耐心？很多家長說我就是沒耐心，我的耐心已經被我的孩子給我磨得沒有了。我後來跟這些家長也開玩笑，我說我們讓孩子忍人所不能忍，首先我們自己有沒有做到？遇到情況的時候，我自己有沒有忍下來？我都忍不住，我還讓我的孩子如何來忍住他的壞習慣？我們的耐心要很明白，就是孩子現在的狀況是結果，這個結果的養成是多長時間養成的？可能已經十年了，可能已經五年、六年，甚至十幾年都有可能。這樣十幾年的結果養成了

，我們可不可能兩天就要讓他改變？我說我們要做好的準備是十年養成的壞習慣，要花十年以上的時間，他可以改變，這樣我們的耐心就出得來。

甚至我們自己先考慮一下，我們自己身上的壞習慣有多久了？我們改了沒有？自己都還沒有改，為什麼卻往往很容易原諒自己？比如說我自己就常常早上起不了床，睡懶覺。我每一次鬧鐘一響，就很痛苦，就起不來。我如果是今天很晚，或者是錯過了規定的時間起床，我馬上就原諒自己，我想明天繼續努力，就沒事了。但是對別人卻很難生起這樣的心，這個剛好也是和我們傳統文化相反，老祖宗告訴我們要「嚴於律己，寬以待人」、「以恕己之心恕人，以律人之心律己」。以饒恕、寬恕自己的心去寬恕別人，以要求別人的那種心來要求自己，我們就不會苦了。

另外我們也考慮，有的家長說，我現在已經很有耐心了，我的兒子學《弟子規》很久了，為什麼還沒有變？我們也覺得很有意思。第一個，我們就跟他講，學《弟子規》要做，你做了嗎？你做到了沒有？首先，光讀不可能有變化；第二，我們講到，我們打個比方就很容易，我們的孩子沒有經過聖賢的教導，就像沒有經過耕耘的這塊土地，貧瘠到因為沒有滋養已經裂縫了，寸草不生，已經裂縫了。今天我們遇到《弟子規》，遇到聖賢教導，據說可以種出好莊稼。好，我拿來種了。種下去，是不是就要它當年就要有好的收成？荒耕十年的土地，已經裂縫了，可能這一年我們施肥，第一個要做的是讓土地首先不要乾涸，慢慢的它才培土；培土以後，我們才播種；播種以後，它才能長出新的苗，才能結出現在的果。現在我們在播種的果實，可能要過後才會呈現出來，不會當下就有。

另外我們再有一個角度來思考一下，我們幫孩子改壞習慣，就像在推一個東西，比如說我來推這個桌子。現在我在用力，這個桌

子動了沒有？它沒有動，但是我在用力。直到怎樣它才會動？直到突破這個重力的摩擦力，它才會動。這個重力的摩擦力就是孩子的壞習慣，我們不斷的在教他好的，可能現在他還沒有動，但不代表說我們當下的這個動作沒有用。而是我們現在的力量還不夠，我們做得還不夠。就像孩子的壞習慣像一把火燒起來了，我們拿了一杯水去救火，我們用一杯水倒下去，說火為什麼不滅？為什麼會不滅？不是水沒有用，而是杯水車薪，是我們還做得不夠。不是說做《弟子規》沒用，而是做得還不夠。如果我們繼續做，我們的孩子甚至我們的家庭，真的會發生變化。我們這樣去想的時候，耐心就出得來，有耐心我們就不會苦，孩子也不會有壓力。所以機會教育，在孩子犯錯的時候是很好的教導他的時候。

另外，在孩子成功的時候，也是教導他的時候。就是說，對的時候也是教的機會，錯的時候也是教的機會，都把他扶正到中道上來。為什麼中國人講中庸，叫中國、中庸？因為不要偏，你偏了就不中，就沒有行中道。怎樣理解？一個孩子答對了，我們要讚歎。但是讚歎確實要很謹慎，比如說其實每個條件都會引起很多長輩的讚歎。我舉個很簡單的例子，比如說一個小姑娘，長得很漂亮，天生麗質，帶出去長輩就會讚歎，讚歎什麼？說你看你的女兒長得這麼美，眼睛是眼睛，鼻子只有一個，長得很美。這種讚歎給孩子帶給他的是什麼？這小女孩會覺得，你看我這麼美，走到哪裡都會贏得別人的刮目相看。她的注意力會注重自己的外表，而會忽略她的內心，她所有的時間都會花在那個臉上，但是一旦她的臉蛋不美了，她所有的信心就會喪失。因為她的信心就是押在這個臉蛋上，臉蛋一旦沒了，她的驕傲、她的虛榮都沒有了。

所以，傲慢的人他一定會自卑，傲慢和自卑是孿生兄弟。為什麼？因為傲慢的這個東西，一個傲慢的人他的心不夠平靜，他可能

因為自己的才華而傲慢，他就會因為才華而自卑，因為一山比一山高，他遇到比他能幹的人他就會嫉妒。他如果因為自己的財富而傲慢，恃才傲物，因為自己財大氣粗而傲慢，他也會因為財富而自卑，一旦財富沒有了，破產了，他將覺得整個人生就垮下來。因為他安住的地方不對，安住的都是外在的東西。而一個人真要安，怎樣才能安？一定是內心的穩、內心的安才是讓我們的人生愈走愈平穩。絕對不會因為外在的條件變化，而讓我的內心受到任何的影響，不會。

曾經有個作家，他和他的太太攜手走過了五十年。有人就問他，說你覺得女性什麼樣的美才是真正的美？這個作家，他那個時候已經很大年紀了，他說我的太太很美。他說我的體會，一個女性的美絕對不是一個臉蛋的美，她的美是美在她的內在。他說當我在外面工作受到挫折的時候，回到家裡，我的太太仍然鼓勵我，讓我去戰勝這次的困難，這個時候我覺得太太很美。他說當我在外面疲勞了一天，回到家裡，看到我的太太把家裡打理得很乾淨，到處都收拾得很好，在給我做飯的時候，我覺得這個時候太太很美。當我看到太太為這個家庭付出，盡心盡力教導孩子，做出一個母親的好榜樣的時候，我覺得這個時候太太很美。而且這種美會在我心裡記一輩子，長遠的美，那是真正的美。

我們常常問小朋友，你想美一陣子，還是想美一輩子？美一陣子，就是用很多東西塗在臉上，這個美可能要很多的代價，甚至現在要去美容，把眼睛割開，鼻子劃一刀，都有可能。但是這種美也只能美一時而已，真正的美能夠讓人在心裡記一輩子。我們常常也有這樣的感受，我們去體會一下。我們常常覺得看一個人，第一眼看，這個人很美。但是如果我們跟她接觸很久，發現好像愈看愈不耐看。但是有的人，我們第一眼看覺得一般般，但是跟她相處久了

，覺得怎麼愈看愈美。有沒有這樣的體會？所以我們就會覺得真正的美，為什麼？第一眼看是看的外表，但是相處久了，人與人相處久了，其實都是在心與心的溝通，心與心的交流。這個時候我們體會到的是這個女子她的內心，那種美是由內而外的，那種美一定可以美一輩子。

所以我們講最好的美容是什麼？學《弟子規》，最徹底、最好的美容。很多老師去到廬江文化教育中心，他們就會說，為什麼你們的老師每個人都這麼年輕？為什麼看起來笑容都很燦爛？我們跟他們講，其實年輕的祕訣也沒有其他的，開心加素食。我們那天已經聽了「健康飲食」，素食真的能夠讓一個人的皮膚很好，外在的就可以很美；然後加上我們學《弟子規》，愈學愈快樂。我最近也發現，我們馬來西亞很多的校長跟我說，說我的年紀可以當妳的阿姨。我說我怎麼看妳也只像一個姐姐，因為看起來很年輕，這個校長就哈哈大笑。於是我就感受到，這個校長在教育孩子的過程當中內心喜悅，這比任何的美容都管用。所以我們跟孩子講，最美的衣服也是《弟子規》。你做到一條，你就給你的這件衣服織了一針，你做到了，你的最美的衣服就織成了，你就可以獲得終身的美麗。

孩子成功，或者他有優點，或者他有這些做對的時候，評價要很關鍵。這個評價要怎樣？評價到孩子的存心上面。比如說一個孩子他做對了一件事，我要讚歎，我絕對不會去讚歎他說你真棒。我一講這樣你真棒，他就會說，你看我多能幹！我一定會講到你為什麼能夠成功。我會在全班，我一般在全班讚歎和批評我都不會點名，我都不會去點名，但是我會用眼睛去看他。我說今天這個同學做得很棒，然後我就微笑的去看他一眼，這個孩子就知道我在表揚他。但是我不去點他的名，是怕所有的同學都會去投向他讚歎的目光，他可能會傲慢。我會表揚到他具體怎麼做的，比如說一篇這樣的

作業，我會跟同學講，我說這個作業做得很好。好，不光是他的答案正確，更重要的是他的態度恭敬。並且我會很具體的來指導同學，我說老師怎麼知道他的態度恭敬？我從他的每一個字看出他的恭敬，因為他都一筆一劃寫得很整齊，所以態度非常關鍵。

當時我們班上有個同學，他聽寫，因為我教語文，我要聽寫，就錯了三個字。當時我就讓他改錯，我說你翻開書去改一下，我還把正確的給他寫在旁邊。他去改了，改了錯，拿過來本子我一看，極其潦草，把他錯的字又抄了三遍。我不知道有沒有遇到這樣的同學？好，又抄了三遍。我也沒有生氣，我就跟他講，我說你第二次錯，請你每個字寫五十遍。他很生氣，拿著本子就出去了。我當時在想，他為什麼會這麼生氣？五十遍。因為我有言在先，我說你態度不對，我會加倍的罰你；你態度認真，你錯了，我會原諒你，老師可以幫助你，但是我不會接受你態度不對。當時全班都走完，這個同學還沒有改完，我就去問他，他只寫了幾個字。所以我們發現，一個孩子他寫作業的困難，其實不在於他不會，而是在於他不願意。他做不好一件事情，不一定是這個孩子不會做，而是他不願意做，障礙不在能力上，而在心境上。我們在做一件事情的時候，很多的障礙其實都不在能力，都是自己的心境上的障礙，因為他想不通。

當時我就問他，你怎麼還沒有寫完？他氣鼓鼓的跟我說，他說老師你不公平。我說為什麼？他說我的同桌也錯了第二遍，你讓他改三遍；我錯第二次，你讓我改五十遍，他說你極其的不公平，我不願意做。當時我就笑一下，我就跟他講，好，請你把同學的作業拿過來我們來看一下。我把作業翻開給他看，把他的本子也放到旁邊，我們兩個本子對比來看。我說我們先不說對還是錯，我只問你一個問題，你們在寫字的時候，態度一不一樣？我一問，他就沒話

講，因為他很潦草，而那個同學很認真的寫，雖然寫錯，但是很認真，一筆一劃。當時他就沒話講，我也不去逼他，因為這個孩子很小就有面子，要給他留面子。我說這樣，你願意寫幾遍都可以，你現在就可以回家，他拿著書包就回去了。

回去以後，第二天我就專門來講「什麼是老師的公平」。我跟小朋友舉例子，那天也跟他們講了，我說每個孩子如果都想當第一怎麼辦？我們比如說眼睛、鼻子、嘴巴，還有耳朵，它們都想當第一，它們認為第一是什麼？認為第一就是在最高處。眼睛說我要當第一，所以我要長到頭頂；鼻子說不幹，我也很重要，我要當第一，也要長到頭頂，耳朵也要長到頭頂，他們就第一了嗎？他們都離開了自己的工作崗位，其實他們都沒有得到第一。我跟孩子們講，老師對大家的平等，也不代表說一樣是平等，每個同學的能力不一樣，我如果一樣去對待，反而是不平等。這句話我們舉個例子，我跟他們講，比如說一個同學他寫字，他寫毛筆字，他的能力，比如說他一直非常調皮，坐不下來，只能寫三頁紙就了不起了，但是今天他寫了五頁，老師就會去讚歎他。但是如果一個同學本來可以寫十頁紙，今天只寫了九頁，這九頁紙比五頁紙多了四頁，老師是不是平等就是要一樣要求？我說你們都要寫九頁紙，那其實是不平等的。因為這個要求對於前面這個孩子要求太高，但是對於後面這個孩子要求又太低。當時楊老師去教書法的時候，有的孩子寫四頁紙就可以到教室外面玩，並且還獎勵他一顆糖，有的孩子寫了十頁紙都還不可以出去。有的老師覺得很奇怪，其實不是奇怪，因材施教才是真正的平等。

我跟那些同學們講，每個孩子基礎不一樣，老師如果一樣的對待反而是不平等，平等不代表要一樣對待，平等不代表要一樣對待。我就跟他們講，如果我們班有一個學習成績很弱的孩子，他這次

考的分數可能進步了一些，我會大大的去讚歎他。讚歎他的學習的態度，讚歎他學習的認真刻苦的精神，但是這個分數可能七十多分。另外有同學，一貫都考九十八分的，這次考了八十分，我可能去批評他，他的分數比前者要高，但是他的態度在下墮。我說老師看到的都是你們的態度，態度對了，我一定會讚歎你。所以讚歎的時候是讚歎他的態度的。

當時這個孩子，我就舉到這個例子，我就講比如說有同學做作業，第二遍做錯了，老師讓他寫三遍，改三次。但是有同學也錯第二遍，讓他改五十遍，是不是老師不平等？這時候我就眼睛看著這個同學，他就開始笑。我就請他起來回答，他就站起來，他說老師是平等的。我說為什麼？他說因為他們倆寫作業的時候態度不一樣。從那以後，這個同學上課都非常認真。因為我後來發現，這種默契就是在這樣眼神的交流當中都可以建立。因為他感覺到老師給他留了面子，沒有大大的批評他，反而他和老師之間有個小小的祕密，別人都不知道。

我常常會這樣去做，批評和表揚我都會不點名，除非要讓全班同學對這個孩子生起恭敬心。比如說一個成績很差的孩子，有一次做得很好，我會大大的來點他的名，並且讚歎，目的是要讓所有的同學對這個同學生起恭敬。其他的時候很少去點名、去批評或者表揚。我們一般就講一件事，這件事講出來孩子也知道，他接受起來沒有壓力，這是一個機會教育。到底什麼是機會？其實每個當下都是機會，關鍵是我們自己如果有這樣的心境，隨時都能夠捕捉到機會來教育我們的孩子。

第三種方法是「不陵節而施之謂孫」，什麼意思？就是不要跨越孩子當下的能力去讓他做超出他能力的事情。其實換句話說，就是循序漸進，給孩子一個臺階。也是剛剛我們講到的平等，根據不

同的孩子因材施教。當時我在教學的過程當中，其實每個過程都可以落實傳統文化，每個教學的環節都可以。我們上課我會首先培養孩子一些能力，比如說我希望他們能夠都有勇氣站起來回答問題。班上很多孩子是沒有勇氣的，他很害羞。為了鼓勵他們的這種對自己學習的信心，我就跟孩子有很多的互動。比如說上課，我就會跟他講說，你有問題你可以問，你能夠回答、解答，你也可以解答，不能解答的，你可以提問。我要求全班都要能夠舉手。

但是我剛剛去的時候不會這樣，我說你有問題的，請舉手。有人不舉。我又問說，你能回答問題的，請舉手。他也不舉。於是我就會問他們，你不舉手到底是什麼意思？你如果讀不懂書，讀不懂，連句子都讀不通，你也可以尋求幫助。所以我想，讓每個孩子首先有勇氣成為學習的主人。因為我們是在幫他，我不是把知識要灌給孩子，不是這樣，而是通過教學，第一個，啟發孩子的這種態度，本善的心境；第二，教會孩子學習的方法，總結失敗的原因，成功的經驗，教會孩子做人，教會孩子做事，這是我教學的目的。所以首先要讓他們有信心。

當時有的孩子站起來啞口無言，怎麼辦？我就針對他們的情況，給他們降低難度。比如說有的孩子站起來回答不了問題，我會讓他重複同學的問題都可以，同學回答完了，你可以重複一遍。有的同學講話，一句話講不通，我就會把這句話寫在黑板上，讓他讀一遍都可以。比如說我說你要問問題，你怎麼問？我給他一個模式，我會跟他講，站起來第一句話就會說，「請大家翻到語文書多少頁」，然後打開書本，然後說「請大家看到第幾段」，然後再提問，「請問大家，什麼什麼是什麼意思」。我給他這個句式，讓這個孩子即使以前從來沒有回答過問題的這樣的同學，他站起來也沒有壓力。所以，我們在培養孩子發言的過程，其實都是在提升孩子心境

的過程。

比如說有同學，班上有參差不齊的同學，每個同學的心境都可以在原有的基礎上得到提升。比如說當我在問一個問題的時候，有同學會不舉手就在座位上回答，搶答。我不知道我們有沒有遇到這樣的同學？這樣的心境，當時我就沒有再去關注答案，而更多的去關注他當下的心境。我就把他叫起來，我說你回答得正不正確暫時不說，老師想知道你剛剛在下面搶答的時候，你是怎麼想的？同樣是舉手，舉手的心境不一樣，孩子的進退也是不一樣的。如果一個孩子為了炫耀自己舉手，你看我多能幹，我都會，你們都不會。他以這種方式來舉手，我一般都不會請他，我不會去請他，因為請了他，長他的傲慢而已。那個孩子我告訴他，你應該有怎樣的態度。當時我問他，這個同學就講，他說我想幫助大家，他不承認是他想炫耀自己，他說我想幫助大家。我說好，你想幫助大家，你把答案講出來就是幫助大家嗎？我們如果沒有智慧，想幫人都幫倒忙，幫不到。

我就跟他舉例子，我說如果一個同學不會數學題，你如何去幫他？是不是把答案讓他抄下來，你就幫到他了？他們都知道不是，抄了答案，這個同學下次也不會做。我跟他講，學習語文也是一樣，你把答案告訴他，這個同學下次遇到同樣的狀況，他仍然不知道該怎麼做。如果你真想幫同學，你一定是很有耐心的去思考你是怎樣知道這個答案的，把你的經驗告訴同學，他下一次也可以用這樣的方式去得到答案，他要學到的是一個路徑、一個方法，而不是呈現一個結果而已，過程比結果更重要。

當時我就跟所有的同學弄清楚，我跟他們講，你的心境不對的時候，請你不要把手舉起來。我們的心境應該是怎樣的？發言的心境，《弟子規》有告訴我們，「己有能，勿自私」，這是我們發言

的同學的心境。發言的時候心裡就想著，我知道了，我想告訴給更多的同學，是幫助同學的心境。另外，我都會在細節當中教孩子，比如說他發言，站起來，我就會教他禮儀，怎麼站。我會讓他先站得很端正再講話，沒站端正，不要開口。站端正，怎麼講話？也要教，不教真的不會。《弟子規》講，「立端正」，先站端正；接著《弟子規》又教我們如何講話，「凡道字，重且舒；勿急疾，勿模糊」。說話的時候，「重」就是重點突出，不要講一大堆還沒有講到主題，讓人家都睡著了。「舒」就是要讓人聽起來舒服，怎樣能讓人聽起來舒服？「勿急疾，勿模糊」，不要含混不清。最近我聽到有的歌星唱歌都是聽不清楚在唱什麼，還有很多孩子跟著他學，我就跟他們講，這是不對的。你要會判斷，你要有智慧去判斷對的和錯的，錯的，一定不可以跟他學。《弟子規》講「重且舒」，沒有做到，他沒有做到，不可以跟他學。「勿急疾，勿模糊」，講話應該這樣講，回答問題應該這樣講。在回答問題的過程，就培養孩子跟人講話的態度。

另外還有一點就是「將上堂，聲必揚」。有同學起來回答問題，聲音就像蚊子一樣。我不知道我們老師有沒有遇到過？應該都有。曾經我也遇到這個小朋友，站起來，滿臉通紅，然後聲音像蚊子一樣。我就沒有再讓他講，我就讓他坐下，我跟全班就開始講發言的心境。因為我們是想把這個答案幫助更多的人，我聲音這麼小，別人都聽不到，我這個習慣好嗎？我說話這麼小聲好嗎？如果知道不好，立刻要改。後來那個同學寫日記，他說老師，對不起，我今天上課聲音太小，我下次一定要努力。曾經我們也跟孩子開玩笑，說你的聲音太小了，可不可以把開關開大聲一點？把音響開關開大聲一點，給他做個手勢，擰一下，要是愈小的孩子就會很管用，他的聲音就可以放大。我們就跟小朋友講，這個心境是發言的心境。

聽話的心境是什麼？聽別人講話是什麼樣的心境？第一，「人所能，勿輕訾」，絕對不是嫉妒。不是說你有什麼了不起，你會我也會，不是這樣的想法。第二，我們要恭敬每一個人，要有禮。怎樣才叫有禮？「問起對，視勿移」，別人站起來回答問題，我們的眼睛要看著對方。所以，我們同學在回答問題的時候，我們會檢查站立、說話，以及周圍所有的同學有沒有看著發言的同學，一個人開小差都不可以。當時我帶這個七十四個人的班，他們以前的學習習慣相當不好，但是我仍然這樣要求。有老師就問我說，肖老師，你這樣子上課，你的課文能上完嗎？你的時間夠嗎？我又不得不再問他一個問題，我們教課文的目的到底是什麼？我們的目的不是把這篇文章教完那是我的目的，那是完成任務，那叫不負責任。我的教學，我一定要對得起我的孩子，我教他們一天我就要對得起他們一天，教他們一節課，我就要對得起這些孩子一節課。我遇到了孩子人生的態度已經錯了，難道我要視而不見嗎？難道我說我停下你的態度不管，完成我的教學任務就可以嗎？其實這是一個角度。

另外我也跟他們講，其實這是「磨刀不誤砍柴工」的，一個孩子養成了良好的學習習慣，我們以後的學習會愈來愈快。當時我在湯池帶的班，我是晚了一個星期去接班，他們其他的平行班已經上了一個星期的課，我慢了一個星期。我仍然是這樣培養孩子好習慣，結果我發現，最後我的速度比其他的人更快。因為前面一篇課文可能會慢一點，但是不要緊。我們去試想一下，如果一個孩子沒有正確的學習態度，今天我要的是我的答案，我一個問題，我就抽最好、最會回答問題的人把答案告訴了我，我就一步一步按著教案把課文教完了。這個過程到底孩子領受了多少？有多少孩子會受益？不一定的。在這樣的過程當中，我是首先讓孩子有個良好的態度，而在養成態度的時候，看起來好像會很慢，其實不然。當一個孩子

養成良好習慣以後，我們的教學會愈來愈輕鬆，甚至我們孩子的上課習慣很好了以後，他非常專注，老師講一句他就記一句。我後來發現真是這樣，我講得幾乎每一句話孩子都記得住。他這種專注的態度，不光是讓他在課堂上受益，甚至能夠讓他在做每件事情的時候，他都會用這種專注的態度去做，他會受益一輩子。

我就感覺到，一個老師真正的價值到底在哪裡？我們認清楚自己的價值，我們就會堅定不移的去判斷當下我們應該怎麼做。其實這個習慣養成也不需要太長時間，當時我們的班級，曾經有老師說，只要上課，這個班都會很鬧。但是我帶他們只有一個星期，全班上課沒有一個人開小差；別說講話，開小差都沒有。因為我常常會嚇他們，我說肖老師我會看，我一看你的眼睛我就知道你的心裡在想什麼。其實我也不知道，但是我要狠狠的盯著他的眼睛看一下。我雖然不知道他在想什麼，但是我能感受得到他有沒有專注。所以我只要上課的時候，有一個孩子講話，我就停下來不講，我就一直看著他，直到他停下來，我又繼續講。往往是我一講，他又開始講，他一講我們怎麼辦？我又停下來看著他。我發現幾次下來，班上就沒有人再講話。為什麼會這樣？後來我發現，我以前很急躁的時候，罵也罵了，罰也罰了，大吼大叫，甚至摔文具盒我都幹過，都沒有用。仍然像救火隊員，自己累，同學也累，反而沒有辦法專注。但是事實上現在我們靜下心來，真正讓孩子感受到我們對他好的時候，孩子的這種狀態就發生變化。

所以，「不陵節而施」是針對孩子現有的情況，一步一步的讓孩子提升上來，好的讓他更好，暫時落後的，讓他有提升的機會。包括發言，還有一個心境是廣納雅言的心境。這樣教，我就讓孩子回答完一個問題的時候，我會教他們講一句話，說請問大家有沒有不同意見？讓他自己問出來，就不會有同學如果說我不同意，他這

樣一講，兩個人就會吵起來。我跟他們講，你問出來，其他同學，你幫助同學，你不同意見也要很溫和的提。你說對不起，我能補充一下嗎？或者說，你能不能夠聽一聽我的意見？這些話我都寫在黑板上，讓他們重複的講。同學給他提了意見，這個孩子還要有個反饋，說「謝謝你指出我的意見」，或者說「謝謝你對我的提醒，你是我生命中的貴人」，要讓他學會講這句話。因為《弟子規》講「聞譽恐，聞過欣；直諒士，漸相親」。「聞欲恐」，聽到讚歎很膽顫，看看我自己有沒有做到；聽到別人指出缺點的時候高興，因為我說別人告訴你，你有垃圾，你要趕快扔掉，他是你的恩人。後來同學提意見的時候，反而他們不會生氣，兩個人還會鞠一躬說，謝謝你給我的幫助，您是我生命中的貴人。所以，班上的氣氛也愈來愈融洽。

所以我們發現《弟子規》的每一句，在我們課堂的環節當中都可以落實、都可以做到。「相觀而善」其實也是一樣，就是我們樹立一個好的榜樣讓孩子去學習。因為今天上午的時間已經到了，我們就暫時分享到這裡，沒有講完的部分，明天上午還有一節課跟各位老師作匯報。也非常的感恩各位長輩、各位老師這樣鼓勵我這樣一個末學，非常感恩大家。謝謝各位老師，您們都是我生命中的貴人，謝謝大家。我還學會了一句馬來語，這個謝謝，不知道對不對，「得力馬嘎色」，謝謝。