

# 助一幼撫

---



---

行 印 館 報 兆 時 海 上

---



蒯美妮編著  
蔡書紳譯述

基督教家庭  
叢書之三

撫  
幼  
一  
助

上海  
時光報館印行

## 譯者序

家庭之重要，盡人皆知之。方今離亂之世，各國賢明當局及社會有心人士，尤其致意於家庭之建設，蓋以齊家爲治國平天下之本，誠乃古今中外不易之至理也。

中華總會家政委員會有鑒及此，特發起基督教化家庭運動，於各地分設母德會。本基督教之崇高原理，傳授賢妻良母之道，促進國人家庭之建設；其於邦國基礎之奠定，及文化生活之提高，確有莫大之貢獻。

該會對此運動定有五年計畫，編撰基督教化家庭叢書，以供各地會員研究之用。本叢書計有五冊，除已出版齊家一助（以成年男女，新婚夫婦，及爲父母者爲對象）及育嬰一助（以生產嬰兒至嬰兒三歲爲對象）二冊外，本書爲第三冊，顏曰撫幼一助（以三歲至九歲之幼童爲對象）；今後且擬續出教子一助（以十至十三歲之兒童爲對象）及導青一助（以十四至二十歲之青年男女爲對象）二書云。

本書內容豐富，說理清明；闡述父母之責任，及撫育幼兒之善法；就中以建設父母與子女間之信任心，整理家庭中之秩序，及共享天倫之樂等章，尤合國人需要。深信諸君若將全書研究一遍，必可獲益甚多也。

慎行誠於上海時報館編譯部

# 目 錄

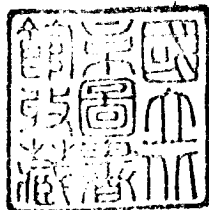
譯者序	四
第一課 順從的目的	七
第二課 與兒童同過生活	一七
第三課 營養原理	二五
第四課 手的訓練	三六
第五課 爲兒童講故事	四三
第六課 訓練自治	五二
第七課 個性頑強的兒童	五九
第八課 水與日光	六八
第九課 胆量小的兒童	七四
第一〇課 生命之來歷	八一
第一一課 建立強健的神經系	九八
第一二課 幾種普通的病及其治法	一〇三

第一三課	幾種普通的病及其治法（續）	一一二
第一四課	家庭中的秩序	一一一
第一五課	教導勤勉	一三一
第一六課	天倫之樂	一四〇
第一七課	牙齒，扁桃腺，及嚼食	一四六
第一八課	遊戲	一五一
第一九課	教導真實	一六一
第二〇課	清潔內部與外部	一六九
第二一課	禮貌與仁愛	一七七
第二二課	幾種美點及幾種過失	一八五
第二三課	幾種過失及其矯治法（續）	一九六
第二四課	兒童習慣的造就與改革	二〇三
第二五課	活的課本	二一一



## 第一課

# 順從的目的



兒童所應該學習的第一課教訓，就是順從。在父母一方面是具有威權，在兒童一方面則應順從；在兩者之間的關係，是要在兒童最年幼的時期中建立起來的。

在近代的潮流中，對於順從的美德及父母與子女之間的合作，是很少有人加以注意及倡導的。在父母與子女之間的合作，固然是我們所應企求達到的目標，然而欲使此種合作能有成效，那就應當認清以下二點：第一，兒童必須明白父母的意志是至高的，而且在必要的時候，可用強力執行之；第二，父母應認明兒童不是一架可以隨意動用的機器，但乃是一個活的人，可以訓練其成爲自治。

提起了教導兒童順從的事，便有兩個問題發生：

第一是何故需要順從？

第二是教導順從的正法是甚麼？

## 何故需要順從？

許多的父母得不到兒童的順從，或是所得到的只是不甘心的順從，這是何緣故呢？原來這是因為作父母的人不明白爲甚麼兒童應該順從。當人發出了問題說，『爲甚麼你的兒童應該順從你呢？』這時我們所聽到的衆口一聲的回答，乃是：『這是因爲我說這樣，』『因爲我的話就是律法，』以及『因爲我是作父母。』然而你爲何這樣回答呢？爲甚麼你的話就是律法呢？爲甚麼你作父母他們就該順從呢？說來說去，在這些回答中，你還沒有提出任何真正的理由，足以說明他們爲何應該順從。

## 是爲兒童的利益

兒童應該順從父母的理由，乃是因他爲自己的福利起見，必須學習選取正當的行動；同時也是因他還沒有豐富的經驗及健全的判斷力，以便隨時決定甚麼是正當的。作父母的人，原是應該具有更高明的判斷力的。有些父母要求兒童順從，其動機是要從兒童的順從上獲得一些快樂及利益，這是與造物主的旨意不合的。論到順從這件事，它本身並不是一個終極的目標，而只是一種方法，藉此方法可使人達到自制，自立，及與社



會標準相符的地步。作父母的人應當時刻記在心中，無論發何指導及命令，都應以兒童的利益為依歸。

### 以身作則

父母若要教導兒童順從，他自己就必須作一個順從的人。上帝乃是我們的父親。我們想要教導自己的兒童實行我們的命令，我們自己便應當忠實地實行我們所習知的上帝的旨意，以及祂所吩咐我們去作的事。我們必須順從上帝，其理由是與兒童必須順從我們是一樣的。上帝比我們更高明，祂知道我們應當取何決擇方妥，所以我們要順從祂，這乃是對我們有極大益處的。同時我們也當記得，只有那能順從上帝的父母，纔能順利地教導自己的兒童養成順從的美德。

### 何時開始教導？

我們應在何時開始教導兒童順從呢？訓練順從的美德，必須在兒童第一年時開始。名教育家懷愛倫夫人曾說：「兒童最先應當學習的教訓之一，就是順從。在他還沒有理智之前，就可教他順從。當以柔和堅持的精神使他養成這種習慣。」（參看教育論第三

三一面)

故此順從的美德，應在嬰兒時代培植，使之根深蒂固，俾在兒童發育長大之後，仍能長久保持着。此外，我們更應當在心中時時銘記着這條原則：父母管教的目的，就是要訓練兒童能夠自治。

### 徵集兒童的心意

齊家的祕訣，在乎徵集兒童的心意來擁護父母。藉着這種方法，可使兒童養成果決的美德，具有理性而無反叛的精神，以便得到更充分的能力，將來能夠自行決定各事。你自己也應當抱着一種與兒童合作的態度，盡量少與他的心意背馳，反而要領導他的心意。要實行這一點，你是必須及時下手的。作父母的人，不能等着兒童提議說要作甚麼甚麼？但乃是要向兒童提議要怎樣行動，——玩甚麼，作甚麼，到那裏去，講何故事，讀何書，及到何處旅行等等。這種提議的能力，是會將許多的反對消除掉的。

### 要前後一致

在要求兒童順從的事上，要抱始終如一的态度，這意思就是要堅持在每一時候要用

同樣的方法作同樣的事。不要在這一天讓他作某些事，而在第二天卻爲此事來責罰他。若是這樣作，兒童就要不曉得大人對他的期望是甚麼了。他也許會這樣想道：『媽媽這回或者不會罰我，我且試做一次吧！』這樣一來，你就可以看出，他雖然是不曉得要在何時相信你的話，但卻曉得他是不必時時聽你的話的。

有時也許你吩咐他去作一些事，吩咐之後你卻沒有留心去觀察他是否已經作成，並把這事忘記了。如此不久他就會發覺他是不需要遵你的吩咐行事，因爲你是常會忘記的。

不要吩咐你的兒童去作一些他實在作不了的事。沒有一個兒童能夠長期地靜坐不動，他是免不了常要吵鬧的。不要急切地決定你的兒童應該作甚麼，但一經決定之後，卻要和愛並堅決地維持你的吩咐。

### 由恐嚇而來的順從

有許多父母常以恐嚇的方法，來取得兒童的順從。有時用老虎，警察，洋人來嚇兒童，有時母親指着穿爛破衣服的叫化子向兒童說，不聽話的孩子要被裝在筐子裏帶去的。用這種方法來取得兒童的順從，真是極其不對，因爲如此便不免有兩種情形要發

生；若不是他慣於受嚇，因不受其害而不再懼怕了；那就是你使他變成膽小如鼠，見了甚麼便都害怕。父母應當用誠實來對待兒童，這乃是最重要而不容忽視的。如果兒童從小所生的信任父母的心被輕易地破壞了，那麼父母與子女之間的關係便要瓦解了。因為父母所說的話既非真實，作兒女的人還能相信甚麼呢？

### 實現你的應許

如果你向兒童應許一樣東西，你是否時常保持信用，照着所應許的去辦呢？在你向他發應許之前，應當自己先作一番考慮。及至發出了應許之後，就應當保持信用地去促其實現，若是無法實現，那就應該向他詳細說明其緣故。千萬不可破壞自己的信用。何時你向兒童不履行你的應許，那就是教導他不再信任你了。因為小孩子對於自己所不信任的人，是不會順從的。

### 不要行賄

不要對兒童說，如果他肯順從，你就給他一樣甚麼東西。這樣做法，乃是實行賄賂，結果反而使他養成一種惡習，非要得到代價便不肯順從，同時也是教他在那裏等待

人的賄賂了。如果小玲曉得自己若不順從，父母就會拿一角錢或一塊糖來哄他，這樣，他便自然而然地要在那裏等人給他東西以後纔肯聽話了。我們應當使兒童知道，我們所發的請求乃是合理的，所以他要順從；並且也是因為他肯順從，然後纔有快樂及嘉許，勝過各種物質的報酬。

### 少發命令

父母應當盡量少發命令，並且要確實知道，自己所發的命令都是兒童所能明白的。應當給兒童有行動的自由，不要在每一件小事上監視他的行動，及不斷地警告他。對於他的小毛病，不妨予以寬恕。應當多作正面的請求，少作反面的禁止；多說『要這樣作』，『少說』『不可』及『不許』。

何時你向兒童發一個命令，就該給他有功夫，讓他先作完他所正在作的事。在喫飯之前五分鐘，或睡覺之前五分鐘，就要向他先發出預告，這樣，他就可以在實行你的命令之前有機會完畢他的遊戲及把玩具收拾起來。

懷愛倫夫人說：『請求勝似吩咐，也是根據這同一的原理，這樣，那被請求的人便有機會證明他是忠心遵守正直之原理的。他的順從是出於自願而非由於強迫的。』（教

（育論第三三四面）

### 輕輕地說話

有時你吩咐兒童去作一件事，他未加以注意。後來你再告訴他，並且聲音也更大，但他還是不注意。最後你又告訴他，你的聲音也是比前兩次加高，甚或是生氣了；這時他纔順從了。他從你的聲音上知道，這時候是應該順從了。他已經由你的聲調裏曉得他可以不必順從你到何時。

最好的辦法，就是要輕輕地說話，並教導兒童在聽你第一次告訴之時，就要順從。

### 要期望兒童順從

父母應當期望兒童要順從。不要讓你的兒童覺得你對於他的反應是無可無不可，或是你明知他不順從，卻又無奈他何。每一個人都喜歡實現別人對他的期望；尤其是兒童有此心理。你的孩子在鄰里間得了小壞蛋的惡名，你若引以為榮，信他有此「本領」，那他不久便會很容易地不負你的期望啦！

不要期望兩三歲大的小兒童時常順從你，這是因為他還不會時常明白你對於他的期

望是甚麼。他還不夠大，不能明白爲甚麼應該順從你。及至他長大了，也就學會了，所以我們不要在甚麼無關緊要的小事上，老是向他吹毛求疵地喋喋不休。

## 多方獎勵

我們對於兒童有甚麼好處，便當不吝讚美，他所出的力量，也該予以重視。當阿寶送給你一件小禮物的時候，雖然是那禮物選得不好，但你還是應當向他表示你對於他的孝思是感到很快樂的。當你的阿珍在哭笑不得之中放棄了你所不贊成她去作的事，這時你該告訴她，你有了這樣一個好女兒，真是使你很體面的。總而言之，我們對於兒童，應當用笑臉，讚賞，命令；而不該用厲色，詈罵，責備。

## 權利與義務

兒童有兒童的權利，他可以去過自然界的生活，在陽光，水，沙土中遊戲，在歡天喜地中弄髒了，疲倦了，飢餓了。但同時他也有義務，必須受管教，行事與他的權利相符，及尊重他人的權利。他也像父母一樣，有義務作快樂的，利人的，及自我犧牲的人。他必須盡力之所及去幫忙家務及修理庭園，並且按理要謹慎及節儉。他有義務要作

誠實，有禮，尊重，及清潔的人。他若要發展這一切美德，就必須順從父母的教訓及指導。

## 忠 心

兒童順從，我們應當予以誇獎。所謂之順從，並非單指着聽話而已，同時也要忠心於你逐日所教導他的正義及善良習慣。在建設兒童品格的事上，我們必須多賴教育，而少用個人的命令。我們不要常發命令來觸怒他們，乃是要得他們的合作，與他們同爲天大君的可愛臣民，樂於實行祂的旨意及順從祂的律法。教導他們要順從這些正義原理，以高舉一種標準，即使是在孤居獨處除上帝外無人知道的時候，也該如此。

我們爲要使自己的兒童長成正人君子，便窮年累月地費心費力，熱切禱告，自制自約，這是否值得呢？在我們的日常生活方式上，是可以定準我們是否配作人的父母，所以我們應當鄭重注意自己的生活纔好。





第二課

與兒童同過生活

在訓練兒童的要件上，第一要緊的，是父母與兒童之間要有密切的交結。父母原是兒女的教師，既是教師，就應當向他們有親密的接近與真實的同情。單是在一個屋宇之下，與兒女們同喫飯，同睡覺，同談話，甚至於同作工，那是不夠的——雖然這些都是與他們結交的基本要素。做父母的人，若要與兒童們交結，就必須深切而聰明地愛他們；必須在他們的感情與心意上有分；必須預知他們的目的，他們的發展，他們的才能；並要預先預備應付他們身體上，腦經上，及心靈上的需要。這就是真正地與他們交結。

上帝的恩賜

在與兒童作密切的交結上，上帝賜給我們最優先的機會；這機會就在乎祂使人類的

嬰兒有很長的時期需要倚靠父母。別的動物，在幼小的時候並不是這樣。小鳥生後不多日子，便要出窩而分巢別居了；小貓在數星期後可以獨立過生活；甚至於小牛及小馬，在一年之後也要與牠們的雙親分離了。至於人類呢，那就大大不然了！在呱呱墜地之時，真是絕對地柔弱可憐，事事都要倚賴別人；喫的，穿的，住的，都要父母來照顧愛護。到了一歲之後，他能否出來爲自己奮鬥呢？不消說一歲吧，就是兩歲，三歲，以至於五歲，那也是不行的。他雖然是在長着，發育着，但他仍然是一個弱小的嬰孩。一般而論，他仍得與父母同居十年，十五年，甚至於二十年，直到他成人爲止。

### 使我們可以教導他

當他作嬰兒的時候，他是不斷地與父母有接觸。他們照護他，注意他，教導他，並與他同遊戲。他們是他完全的伴侶。及至兒童與年俱長，才幹漸增而能爲自己謀生的時候，上帝仍是有意要他與父母之間的交結更見進步，雖在體質上不必怎樣需要父母的襄助了，但在智力上與靈性上，父母仍可指導他，培養他。

### 一份遺失了的產業

常聽到有許多父母憂喪嘆氣，說他們那已屆青年的兒女不相信他們，並且也不曉得自己的兒女在那裏想甚麼和做甚麼。他們彼此之間失去了接觸。即使是當他們與自己的兒童同在的時候，他們也不曉得要和他們說甚麼話。這是爲甚麼緣故呢？這種隔閡是從那裏來的呢？是從何時開始的呢？是誰的過錯呢？怎樣能防止這種情形呢？

在父母與子女相交結之間的第一個小裂縫，常是在最早的時候發生的。在兒童作嬰兒的時候，柔弱可憐，一切全靠父母來照護，尤其是做母親的要時常與他親近，預備他的需要，照顧他，教導他。但到了他三四歲那麼大，如果仍是嘮嘮叨叨地纏擾她，她就不免常要不耐煩了。

## 媽媽太忙

阿泉有三四歲了。他一個人在院子裏玩得很好，現在他卻跑進家裏來，因爲他發現了一件小東西，——一塊小白石，一個小黑蟲，或是一個小紅蟲。他叫着，「媽媽！媽媽！」但他的媽媽這時卻正是與對街的盧太太忙着談話。

「媽媽，媽媽，」阿泉叫着。但卻沒有得到回答。

「媽媽，媽媽！」他拉了媽媽的衣襟而喊着。

「不要響！小孩子，難道你沒有看見媽媽正在同盧太太講話嗎？在大人講話的時候，你是不應該打攪的。」

有時候教導兒童要「被人家看見而不被人家聽見，」（意即教導兒童少說話多做事，）這原是一件很好的事情，可是對於兒童所感到興趣的事物上，母親是否也有應予注意的責任呢？

也許母親自己不喜歡那小黑蟲或小紅蟲；當她看見兒童拿進來的時候，便喊叫起來說，「快把這髒東西丟出去！阿泉，今後不許你再把這種東西拿到房子裏來。真是髒得要命！討厭死了！」

阿泉把那小蟲拿出去了，同時他那起先所有的高興也算了。他在發現這東西時是一肚子的高興，想要問問母親這些是甚麼東西，或有甚麼用處的，但現在他是再也不敢問了。只要有幾回這樣的拒絕，以後阿泉便永遠不敢再來親近媽媽了。他要去找一些與他興趣相同的人了。在這些人之中：或是與他一樣的年紀，與他一樣地不知道那些東西；或是比他年紀大，但卻不是很聰明與很小心地來教導他，像他父母所應當教導的一樣。到了這種地步，作母親的竟不知道自己兒女所學習的是甚麼，不知道他的腦經怎樣地進步，更不知道他的想像已是甚麼樣子了。於是那與兒女交結之中的漏縫便開始了。

## 爸爸太累

過了一些時日，阿泉上學讀書了；他的妹妹阿清也讀書了。他們天天一同回家，一齊讀書研究。到了天黑，爸爸也回家了，但他是累了，要安靜一下，所以便往往一言不語地吃過了晚飯，坐在安樂椅上，埋頭於一份報紙或一本雜誌之中。

這時阿清在課本上有些不懂的地方，便來請教爸爸了。但他卻胡亂說出，「我不曉得，妳自己去翻字典罷。……至於筆畫，那妳是應該知道的啊。」

不久阿泉又來發問題了。學校裏教員派他研究幾個公民的問題。他現在來問爸爸，人民怎樣進行選舉。爸爸是一個辦公事的人，他對於這事是應該知道的。然而他卻是累了，只回答說，「不要把這些問題來麻煩我，你去問你的教員吧，做教員就是要教這些事的。」

這種情形過了不久，阿泉和阿清便不再想與他們的爸爸作伴了。

## 要付代價

我們要和兒童保持交結，那是要付一些代價的。需要耐心；需要愛心；需要真心與

不斷的注意；需要用腦子研究兒童們的難題；此外也是需要時間與精力的。然而我要對作父母的人說，這是值得的。我們要他們到面前來，讓他們談一談他們簡單的經驗，問一些簡單的問題，發表他們那天真無邪的思想；這真使我們在與他們作伴時，立即得到最大的快樂，並在教導他們的當兒，也得到最深刻的滿足。我們有機會可以給少年人以正確的指導，這是很有意義的。

## 與他們同作工

父母應當盡量設法與兒童們一同作工。做母親的人，有了最好的機會可以同女兒一齊料理家務。同阿清一齊洗涮鍋碗，一齊整理被褥，比妳們倆分開工作，讓她去洗碗，妳自己去摺被褥好得多了。談談話，講講故事，隨帶着使指導她各種治理家事的巧訣，這真是一舉兩得的事。

向兒童們施教育，及教導他們作工的基本要件，就是必須與他們交結。你若要作自己兒童的領袖，便不應該說，『不要做那個，』但乃是要說，『來吧，我們一齊做這個。』

## 與他們同遊戲

如果你盼望他們與你一同作事，你就應該與他們一同遊戲。這種辦法，並不傷損你的尊嚴，不過在你與他們一同蹣跚跳跳作各種遊戲的時候，略為有些費手費脚吧了。有很多遊戲是很有趣而很有益的，你應當教他們玩，並與他們一同玩。

## 與他們交際

在社交合羣的生活上，也要與你的兒童們打成一片。年幼的兒童與別的兒童在一齊玩的時候，極應當有父母中的一位與他們同在；此中的理由，當然是給他們作一種道德上的保護。及至他們開始入學了，父母還是應當盡量注意這一方面的情形。在有些小學生中，常常有許多污穢不堪及不道德的談話，尤其是當他們單獨在邊僻的地方上常有此種情形。一個正當的學校，對於兒童在校的全部光陰都應加以督導的，或是在課室裏或是在操場上，都要密切注意他們的言行。家長與學校當局也應當彼此合作，預備安全的辦法，使他們在離家與離校之間的光陰，也能有正當合式的社交生活。



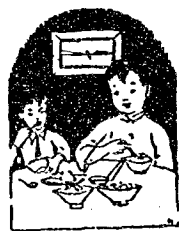
## 培 養 友 誼

懷愛倫夫人說：「年幼的兒童喜歡友伴，他們不常喜歡獨自玩耍。他們極想得別人的愛護和同情。他們以為凡是自己所歡喜的，母親一定也是歡喜；所以他們那小小的心中，無論有甚麼快樂或是苦惱，都要去找母親訴說，這原是極自然的行爲。做母親的就不該用冷淡的態度來傷他們柔順的心。要知道兒童的事在成人看來雖然似乎毫無意義，但在兒童自己看來却是極要緊的。母親的同情和稱讚，對於兒童是極可貴的。嘉獎的微笑，鼓勵稱讚的話，必如陽光在他們心裏，常能使他們整天快樂。」

「母親不要因為兒童的纏擾和吵鬧的聲音，就把他們趕開，乃是當爲他們打算一些遊戲或輕省的工作，使他們活動的手腳和思想有事情做。」

「母親若能與兒童分憂分樂，做他們的陶伴，在遊戲和工作方面處處指導他們，就必得到他們的信靠。既得到了他們的信靠，那末他們若有錯誤的習慣，不良的性情，或自私自利的行爲，母親就更容易教化糾正。勸戒和責備，施於適當之時，是極有價值的。做母親的若有忍耐的態度，和誠懇的愛護，必能把兒童的思想轉到正當的方向，在他們心中培養善良可愛的性格。」（服務真詮第三六一，三六二面）





第三課

營養原理

我們要怎樣餵養小孩子，纔能使他們從食物中得到最大的益處呢？在明白正當的餵養方法之前，最好讓我們先將普通的食物分爲幾類。有了這種基礎工作之後，我們便可以進而排列起每天的食譜了。

食物的種類

我們日常主要的食物可分爲四大類，也有人再加上一類，成爲五類，但這第五類食物卻不是十分基本必需的。這頭四類的食物，可以說是人類全部的口糧了；至於第五類，那不過是變一變花樣而已，其中的物類倒也並非十分必需的。我們把食物分一類，便可以幫助我們怎樣計畫預備全家人的食物了。

水果類

四大類食物中的第一類，就是水果類。水果的價值是甚麼呢？第一，在各種食物中，惟有水果含有大量的活潑火力，使生命之火燃燒着。它也含有豐富的維他命。若不是有這些重要的原素，人的身體就不能正常地受用所喫進的食物。體內的循環要滯緩了，閉塞了。第二，水果的酸素是含有消化力的補劑，能助長消化液汁的分泌，並使腸胃起正常的作用。第三，水果的酸素是鹼化血液的要素。它在消除體內廢物所生酸質的工作上，與蔬菜可佔相等的地位。第四，水果的渣滓，像蔬菜的纖維一樣，是一把掃帚，將腸道清除潔淨。第五，水果中的糖質是最易消化的，使人生力的食物，實際上它是不需要消化的，因為它自己可以消化了。水果的價值，尤其是在生喫的時候為最大。

## 蔬 菜 類

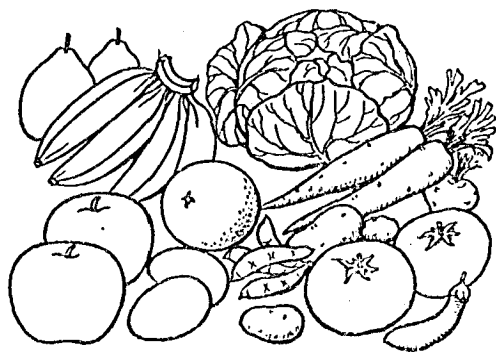
我們列蔬菜為第二類，這是因為蔬菜與水果是很類似的食物，並且有的時候也可以彼此相代替，例如沒有水果的地方，可以多喫蔬菜是也。蔬菜的價值：第一，是像水果一樣，它裏面也含有豐富的活力素，也就是所謂維他命。有葉的蔬菜，不論是生喫或煮喫，都是含有極多的維他命。第二，蔬菜汁正像水果的酸素一樣，是血液的鹼化者。第三，蔬菜的渣滓，像水果一樣，是清除腸道的一把掃帚。第四，蔬菜中富有石灰質與很

好的蛋白質，可以建造人的身體。有時若與「種子類食物」，例如豆子，花生，杏仁之類同用，盡可以代替乳類。第五，各種蔬菜，也像水果一樣，能沖淡食物，不讓其積聚壅塞。第六，在得不到生水果的時候，可喫生菜來代替之。

蔬菜之不同於水果者，就是它並不會自己消化，乃是要消化器官切實工作，纔能從中吸得植物中的主要蛋白質。這蛋白質對於建造纖維，神經，肌肉及腺等，都是重要的原素。

## 五 穀類

第一，五穀類食物乃是人體生精活力的重要原素。第二，其中有大量的澱粉，除澱粉之外，還有小量的蛋白質。第三，當它與礦物質（如石灰質之類）及細胞裏層及外層所含的完全蛋白質聯合時，它可以作最好的工作。若沒有這些，它就很難起作用，並要吸收體內所藏的礦物質了。第四，豆類以及別的種子類食物，含有豐富的生精活力的原



料，雖然它的蛋白質比五穀類更多，但也可以列在五穀類之中。因為豆類若與蔬菜合煮成糜爛的漿湯，那是對於小孩子特別有益處的。

## 乳 類

我們把乳類列在末後，但這卻不是說它的價值最少。我們都曉得，乳類是兒童們的食物中很重要的，因為它裏面含有：水果的維他命，蔬菜的石灰質，豆類及菜葉中的蛋白質；此外乳中的乳糖及乳脂，也是等於種子類，五穀類，豆類，及硬果類中的生精活力的原質。

雖然這樣，但乳類還是缺乏兩件東西：第一，它是沒有水果，蔬菜，及五穀中所含的，作為掃帚用的渣滓；第二是它沒有水果及蔬菜中所含的製血的鐵質。乳類食物，差不多可以算是一種很完全的食物了，對於初生數月的動物很是合適，（按——初生的動物在胎中時已從母體積得了一些鐵質，足供一年之用。）但因缺乏鐵質，所以便不能成為數月後動物的唯一食物。因此之故，所以在嬰兒授乳期中，乳類雖是他日常的主要食物，但同時也應當用蔬菜五穀之類煮湯來餵他，補充他體內的鐵質，因為他從胎中所積得的鐵質快要消竭了。

正如我們在前一本書育嬰一助上所已經提議的辦法，應當常用豆類，蔬菜類（取其蛋白質），蕃茄（取其維他命）等煮湯，來餵養兒童，以補充乳類所欠缺的成分。

### 食品要平衡

在為兒童預備日常的食物上，最理想的辦法，是每一類食物都有一點，以便從各類食物中採取充分的營養元素。所以在預備時，應當聰明地分配，要保持平衡，不要偏此缺彼，以免體內的需要不能有正當的應付。

### 補充類食物

至於第五類食物，我們稱為補充類食物，也可說是食物中的『附帶品。』這種食物不能當作正餐，只能當作零食，多半是在飯後喫，或是在兩餐之間作點心之用。關於這一類的食物，我們可以分為兩類：一類是天然的；一類是人造的。前一類是很有助於人的健康，其中



亦有營養的價值；但後一類則往往無益於人的健康，並容易壅塞人體的循環系統。天然類的補充食物，諸如：蜂蜜，棗子，葡萄乾，別種的果乾，硬果，硬果油，橄欖等類。人造類的補充食物，就像：奶油，油，結晶的糖，糖果之類。雖然這些人造類的補充食物，並不像天然類食物那麼全然無害，但我們也不能說此類食物對於人是時常有害，只要人能聰明地及偶而地受用，不把它當作主要的食物，那也是不礙事的。

這第五類的食物，不論是天然的或人造的，都可以幫助我們把日常的飲食變一變花樣，使食物更動人，引起人的食慾，並且也是可以加增人體內熱力的產量。但無論如何，它不過是補充性的食物，無可無不可的，不能算為有好營養的基本食物，所以我們在餵養兒童上，還是應以前四類——水果，蔬菜，五穀，乳——為主體。

## 硬 果

硬果就是具有硬殼的果實，例如胡桃，花生之類是也。雖然我們在前一段裏已把它列在第五類的零食上，但在實際上，這種食物倒也自有其特別的價值，所以我們在這裏再來提一下。按硬果中除含有大量的脂肪質外，還有很多的蛋白質，所以有人也把這種食物列在乳類食物之中。

## 總結

現在我們且將本章所提的食物種類，歸結列下，其中有好些食物，在需要或願意的情形下，是可以彼此替代並有相同價值的。

第一類——水果類：生的，煮的，裝罐的，烤的，乾的。

可代替及有同等價值之物——蕃茄（生的，煮的，或裝罐的）；生的蔬菜。

第二類——蔬菜類：生的，煮的，球根的，根塊的，如山芋，蘿蔔，蕪菁，甜蘿

蔔；種子類，如豆，扁豆；葉類，如生菜，芹菜，蘆筍，四季

豆，白菜，花椰菜，薊類菜，青菜，菠菜等等。

可代替及有同等價值之物——水果，這是因為缺乏蔬菜時，可以多喫水果以

補其缺。

第三類——乳類：生的，煮的，煮在飯中的，乳油剩漿，全乳，乳皮，乳粉，酸

乳。

可以代替及有同等價值之物——蛋，乳酪，豆及多葉之菜，花生，杏仁，胡

桃。

第四類——五穀類：飯，粥，糊漿，麥片，麵條，饅饅，糕餅等。

可以代替及有同等價值之物——山芋，香蕉，點心，以及補充類食物。

第五類——補充類：奶油，醬，油，糖，乾果，橄欖，蜂蜜，硬果，醬油等。

可以代替及有同等價值之物——五穀及水果之類，用作零食而非正餐，諸如

糖果餅乾等等。

### 四歲至六歲兒童飲食建議表一

食物名稱      普通分量      食物之量

豆腐漿

一碗

8

雞蛋

一個

1½

烤黑麵包

1

(以兩為單位)

早餐

午餐

餃子

一碟

3

黑豆腐

一碟

4

小白菜

一碟

5

豆腐漿

一碗

8



晚餐	大米飯	二碗	3
	蕃茄蒸雞蛋	一碗	4
	雞蛋	一個	1 1/2
	炒芫荽	三匙	1/2
油 (一天用)			

營養價值 (一斤=16兩=500克)

加羅利 (熟蛋)	1227
蛋白質	60.4
鈣	0.515

川川

## 四歲至六歲兒童飲食建議表二

食物名稱	普通分量	食物之量
早餐		
燒餅	一個	1 1/2
生的白蘿蔔	一個	

(以兩為單位)

午餐

- 煮大白菜 一碗
- 油 少許
- 鹽 半塊
- 豆腐 一個
- 雜麵窩頭 一個
- 玉米(八成)同黃豆粉(二成)
- 鹹雪裏紅 1

晚餐

- 煮大白菜 一碗
- 油 少許
- 鹽 少許
- 雞蛋 一個
- 雜麵窩頭 一個
- 鹹雪裏紅 1

營養價值 (一斤=16兩=500克)

加羅利(熱量)	1274
蛋白質	54.3
鈣	0.505

# 四歲至六歲兒童飲食建議表三

## 食物名稱

## 普通分量

## 食物之量

早餐 { 豆腐糖 1碗  
赤鹹糖 1碗  
鴨蛋 1個  
大米粥 1碗  
大羅麵 1碗  
筍乾 1小碟

(以兩為單位)

午餐 { 大米粥 1碗  
甘薯 1個  
豆腐炒芽 1碟  
綠豆 1碟  
雞菜 1碟  
炒青菜 1個

晚餐 { 大米飯 1碗  
一個雞蛋炒鹹蘿蔔乾 1碟  
一線粉白(二天用) 1碗  
油 1碗  
炒黃豆 1兩

營養價值 (一斤=16兩=500克)

加糖料(熱量)

蛋白質

鈣

1376

51.4

0.908



#### 第四課

## 手的訓練

新生的嬰兒可以說是除了喫奶之外，甚麼都不曉得。他不知道自己的母親，不知道球是圓的，不知道奶是好的，煙是壞的；他也不是曉得甚麼是時間，甚麼是距離，甚麼是形式，冷暖，及生活上的各事。一直到他從觸覺，味覺，視覺，嗅覺，及感覺得了印象，然後纔能有知識。這種從感官而得的各種印象及其智力反應，與他從幼至老的一生教育是大有關係的。

因此作父母的人應當明白，這乃是兒童的天性，要用自己的感官去體驗各種事物，因為這乃是他受教育的唯一方法。他的感官所經驗的越是完全，敏銳，及明瞭，他也就越容易受教育。反而言之，他越受環境的阻礙，自己的不願學習，及父母的干涉，以致得不到甚麼經驗，那麼他的一生也就越少有才幹。

## 這是頑皮麼？

有些兒童作些事情，真叫大人頭疼，他們把我們所不要他們去動的東西揀起來，玩一玩，試一試；他們要看一看，一個瓶子是否會跳，一本書是否好喫，一個鐘裏的輪盤爲甚麼會轉，一株花是否容易拔起像一根草一樣。我們對於他們的這些動作，叫做頑皮。但在兒童自己看來，卻不是爲頑皮及惡作劇而作此；他們乃是爲窮究事物的實況而這樣行。若不是這樣，他們又怎能知道呢？

也許你說，「阿，他們是會知道的，因爲我已經告訴他們了。我會對美珍說，不要用手指頭去摸燙斗，因爲摸了會燙手的；然而她卻一直走到燙斗那裏，用手去摸一摸。我會告訴美德不要去翻籬笆；但他卻仍是去翻一翻，試一試，結果是跌倒了，傷了一條腿。我還曾告訴過這一對孿生姊弟不要去喫生桃，免得生病，然而他們卻喫了，結果給我們一場心事和一筆醫藥賬目。我對於兒童都是先予以告訴，但他們卻老是不在意。」

## 告訴並非教導

你的話是很不錯的，然而你的告訴卻不是教導。用言語爲媒介來施授教育，這乃是

很微弱的方法；兒童越是年輕，言語對於他也就越少意義。凡他所學習的，都是要從經驗而得。

就是你我作大人者，現今亦何獨不然？唯有我們所親經所慣行的事物，纔是我們所最清楚的。例如，我告訴你一些你所不知道的事，就像去蓋一所房子吧，我說，『你先砌一個二尺寬八尺長的根基，其上按枕木，然後架柱子，每隔十六寸一根，……等等。好了，現在你自己去蓋吧，我已經告訴你了。』但你卻說，『那是不行的，我必須先有操用器具的經驗，先要同木匠一齊工作，先學會作箱子，蓋棚子，然後纔可以去蓋我的房子啊。』照樣，在教導你彈琴，做饅饅，及別的工作上，如果你非親手去學習，而單靠着口頭上的告訴，那是不行的。

## 基本知識

我們都知道鋸子會割手，要唱詩就必須張口，醉是會潑發的，針是要用線穿的。但兒童呢，卻不同了，他在開始的時候是一無所知的，他必須積極運用所有的感官去收取基本的知識，作為根基，以便作更進步及更充分的學習。兒童作種種實驗時，父母不但不要阻擋，反而要幫助他。你且想想看，你能夠一天到晚監視着兒童，不讓他作這作那

麼？你是否樂意看見兒童能遇到和學到許多的事物呢？不錯，有許多的東西是他所不該動的，例如，臭蟲藥，捕蠅紙，水池等等；不但是使你省掉許多心事，同時也是爲他自己的益處。但你若要他不去摸，最妙的方法就是不要讓他碰見這些東西。從另一方面說來，作父母的人卻應當鼓勵及指導兒童，去觀察及實驗他所接觸到的事物，使他曉得那是作爲何用，並且會靈巧地加以操用。

### 幼小時的手工訓練

在正常的訓練之下，兒童的頭兩年生活足以使他學知東西的本質，甚麼是硬，軟，熱，冷，遠近，顏色，甜，苦等。此外也是藉着自然的經驗（例如觸火被燙），及父母的命令（例如打手心），而習知了甚麼是犯禁的。

在兒童學會了抓取我們所讓他去拿的東西；能走能跑而不會跌倒了；會玩各種玩具，從小鈴，小球，以至於會蓋積木及玩沙盤了；並且是樂於受母親的教導而會用手指頭來遊戲了；這時以後，他是預備好，可以受教導，去盡自己的力量及智慧所許，而在家中幫助家務了。兒童有一種樂於幫忙父母的天性，我們應當用教訓及實行來鼓勵他發展此種天然的心願。

到了兒童三四歲大，他就應該漸次學習盡自己的本分，例如自己穿衣服，整理自己的玩具，掛自己的衣服；到了後來，可以更進步地學習幫忙家中輕微的職務，餵鷄，洗碗，鋤地，煮飯。

我們怎樣能教導兒童運用他的手和身體呢？此事的重要亦不下於教他學讀書寫字，並且是在他入學之前老早就可以學的。我們應當讓兒童操用器具，他也許會把它弄鈍了或破壞了，但這卻是無關緊要的，因為他在不久之後就會熟手的。自然啦，你自己動手作，一定是會比他作的更好；但是，如果你自己作了，他又怎能學會呢？

他可以在園中爬籬笆或上扶梯，這樣便學會了使身體保持平衡及會管制體力；他可以幫助你端飯端菜。如果你給他容易穿的衣服，便可使他學會替自己穿衣服；如果你給他在臉盆架前放好一個箱子，便可使他站在上面學習為自己洗臉。何時他碰了一些難辦的事，你切不可在他面前說，「他簡直是和我一樣，我是從來不會跳的。」或是說，「他好像他的爸爸，老是把每一件東西拆開了以後又來裝起。」如果你在兒童之前說了





上面的話，那就是教他說，用不着去試作了。

在正常的情形之下，七歲大的兒童，至少應該會做以下各種事情的：剝豆皮，洗碗碟，掃地板，擦皮鞋，梳頭髮，縫鈕釦，舖床，撒種，鋤地，鋸板，打水，背柴，拔草，餵鷄，趕牛，放風箏，甩石，射箭，游泳，作風車。我們應當時常想到，怎樣給兒童以手工訓練，使他能夠精巧地作成以上各事。

### 給兒童有功未學習

作父母的人有一件事是最難的，那就是讓兒童按着自己的步驟去行事，既不要把他往後拉着，也不要把他向前推得太快。坐在一個三歲大的兒童旁邊，教他繫鞋帶，那是很費功夫及需要耐心的，但這在兒童一方面，卻是學一件新而複雜的事，需要不少的時間始能作得不錯。在一個小兒童學習作事的時候，不要太性急，也不要在他困累的時候仍舊勉強他去作。對於初學繫鞋帶的兒童，有一個很好的辦法，就是對他說，「你繫這一隻鞋，我再給你繫那一隻。」不要罵兒童作得太慢，也不要聲色俱厲地斥責他的錯誤。要讓他看明應當怎樣作，如果今天作得不成功，等到明天可以再試試看。

如果父母在心中牢記着這條基本的原理，從兒童極幼小之時起，就應當鼓勵及領導

他的一切行動，不壓阻他；並且要研究思想兒童在使用腦及手上所得的教育，這樣的父母正是在栽培一個男人或女人，配盡人生的責任，及配爲上帝和人類而服務。

懷愛倫夫人會說：『母親應當作教師，家庭應當作爲每一兒童領受初步教育的學校；並且在這些初步的教育中應當包含有勤奮的美德。作母親的人，應當讓小孩子們在光天化日之下遊戲，聽聆鳥的歌聲，並從上帝的美麗手工上認識祂的愛。應當利用自然之書及兒童的環境，來向兒童教授簡潔的教訓。……也應當教他們知道，他們雖是在極幼小的年齡中，仍可成爲有用的人。教他們想到自己是家庭中的一員，要實行一種不自私的，有助益的本分。』

『應當給兒童們一些事情做，這不但使他們不至於太閒，同時也是使他們感到有興趣。他們那活潑的腦及手，應當在極幼小的時候就要使用。如果父母沒有把兒童們的精神機能納於正軌，那就是給他們很大的損害；因爲撒但已預備着一些事情要給他們去作。』（懷著教會證言原文第一四五，一四六面）



第五課

爲兒童講故事

「媽媽，講一個故事給我聽吧。」這種請求差不多是我們常聽到的，是很熟的，是很普遍的，正如同我們常聽小孩子說，「媽媽，我的肚子餓了」一樣。如果你的孩子問你要一塊餅，難道你要拿一塊石頭給他嗎？如果他請求你講一個故事，你是否要拿一個皮球給他呢？你給孩子講故事沒有？每一個小孩都有聽故事的權利，同時每一個父母也都有講故事的義務。

故事給人快樂

講故事有甚麼好處呢？第一點，它能給人快樂。每一個人都喜歡聽故事。這是爲甚麼呢？原來這是上帝賜給我們的一種天性，要我們關心別人；故事既然是別人行事爲人的紀錄，所以人就愛聽它。愛聽故事和愛講故事，都能使我們與別人的關係更密切。既

然是每一個大人都愛聽故事，那麼又何況小孩子呢？你且注意看，在故事開講時，小孩子所表示的神情：眼睛睜大，嘴張開，每一種感覺都極靈敏，每一個動作都停止了，在那裏呆呆地出神了。及至故事講完了，你看他們是多麼地開心，在遊戲的時候也忘不了它，並且在玩了之後怎樣地跑回來要求再講一個。從此可見，故事的確是能給小孩子快樂的了。

也許有人要問：費那麼大的心機去預備一篇好的故事，目的只是給小孩子快樂快樂，這樣做是否值得呢？說到了這裏，我們應當明白：世界上是再沒有甚麼能比使人快樂的事更有價值的了。上帝太初創造這世界，也就是要得快樂，「那時晨星一同歌唱，神的衆子也都歡呼。」在家庭中能長久保持着快樂，則人生的種種難題自易迎刃而解。講故事是有價值的，因為它能給人快樂。

### 教導真理

故事的好處，第二點是它能教導人真理。聽故事乃是思想的最初模型。理會一個故事是不必費很多心力的，可是我們從故事中卻可學得許多實際的真理。故事中的人物，或行善或行惡，或守法或犯法，都是向人表示出，行善守法的要有好結果，行惡犯法的

要得壞結果。故事是一種很簡便而有效的方法，教導人要遵守誠命。小孩子的理性不及大人，他們對於抽象的思想也不像大人那麼瞭解，因此，故事便成爲向他們教導真理的一種很自然的方法。好的故事，合乎他們悟性的故事，正像一小束真理，使他們的腦經能消化它。在你所要教導的真理上，要夾一篇故事；因爲故事是能教導人真理的。

### 感動人去效法

故事的好處，第三點是能感動人去效法。在上帝所賦給我們的天性中，有一種是模倣或效法的本能。只有藉着這種本能，小孩子纔能學會了生活的藝術。凡他們所喜歡的，他就盡力去效法。你若講了嬰孩摩西的故事，你就要見到你的女孩會把她的小寶寶，放在小筐子裏，推在她所想像的河中。你若講了大衛與歌利亞的故事，你就要發覺你的男孩會表演出那投石擊殺巨人的一幕遊戲。從各方面說來，如果你把故事講得合式，那麼小孩子都會揀着故事中的英雄偉人去效法，而不會模倣那奸徒匪棍的行爲的。這樣良好的故事便可把真理教導兒童，過於任何格言嘉語所能教導的了。所以作父母的人，應當尋找良好的故事，去培養兒童良好的品格；因爲故事是會感動人去效法的。

## 誰能講故事？

我們每一個人都會講故事。切不要說，「我不會講。」有人說，「我從來不會講故事，」這也許是因為他從來沒有講過故事的緣故。但我們須曉得，「從來沒有講」和「從來不會講」，其中是有很大的分別的。但願我們要記住這句格言，「不在乎你喜歡不喜歡做，乃在乎那事情的是否需要做。」做母親的人能講故事，因為這是她需要做的。如果她從來沒有講過故事，那麼她就應該先立定志向要講故事，然後再學習怎樣開講，及至學會了之後，就要開始講，並且此後要常常學習怎樣講得更好。這樣一來，她就會愛故事了。

每一個母親都需要講故事麼？是的，不但母親要講，就是父親也是要講的；因為父親與母親都是小孩子的天然教師，同時講故事也就是一種很重要的教授法。

## 故事能使前途平順

藉着講故事的方法，我們可以把難事變成容易。在梳理亂髮，在洗涮碗碟，在結繫鞋帶，在被一個同學所欺負，在取消一頓野餐……等等的時候，講故事能使小孩子們安

靜，並能使諸事歸於平順。自然啦，講故事並不是一件無所不靈的，或是把一切都包辦了，因為除了講故事之外，還有許多別的方法，可以教導人要忍耐，要剛強，要有勇氣，和要自治等；但無論如何，講故事到底是像一架大的磨光器一樣，它能把人生的粗糙道路磨成光滑平順。良好的故事是會教導人以良好的人生哲學的。

### 要保持同情心

藉着講說故事，我們很可以保持兒童的興趣和同情心。故事使我們成爲孩子們的同伴，使他們覺得我們是和愛可親；這種親密的交結，乃是訓練兒童的要素。我們若能與他們恆久保持着這種交結，我們便能隨時自由地打開他們的心門，進到他們的心中了。若不是這樣，你可以說是失了那開他們心門的鑰匙，而很難開門進去了。

### 搖籃歌曲

小孩子要到了多大之後纔能欣賞故事呢？這是要看小孩子的個性和他早期的教育如何而定的。平均說來，兩歲大的小孩子可以懂得一點簡單的故事了；但我們若能變通方法，那也是可以提前給他們講故事的。這種方法就是利用搖籃歌曲。

小孩子很小的時候，就可以受音樂的感化而起反應的。在四個月到六個月那麼大的時候，他就可以懂得音樂的節拍，在瞌睡的時候也會欣賞催眠歌了。雖然他不懂甚麼字句的意義，但音樂的節拍卻使他很安靜很順適。及至智力稍為增長了，他便要覺得在所喜愛的搖籃歌中是有幾分意義的。到了一歲之後，他也許是很熟悉歌中的一半句話了。

### 開頭講的故事

兩歲大的孩子，已經聽過不少的故事歌曲，此後應該是能懂一些極簡單的故事了。現在提一個極簡單的聖經故事並附以搖籃歌曲如下：

### 嬰兒摩西的故事

先前的時候，有一個小嬰孩名叫摩西。

他的母親愛他，非常地愛他。她給他親嘴（像這樣），她把他摟得很緊（像這樣），她搖動他的搖籃（像這樣），

並且唱詩給他聽（口中哼着歌調）。





後來有一個壞的國王要殺害嬰兒摩西。

摩西的媽媽說：「不行，不行！」

她就做一個小船，像這麼大（說時以手比勢）。把小摩西放在裏面，又把小船放在河裏。她又叫摩西的大姐，站在河邊上看守着河裏的小船。

後來那國王的女兒到河上來，看見了那小船。

「這小船裏裝着甚麼呀！」她奇怪地說。

因此她就將小船拿過來一看，裏面卻是小摩西。小摩西就哭起來了。

「呀，怪可憐的小孩子！」國王的女兒說着。「不要哭！不要哭！」

摩西的大姐看見了這情形，便跑過來說，「我替妳找一個奶媽，餵這小孩，好嗎？」

「行，好極了！」國王的女兒答應着。

摩西的大姐立刻跑去找小摩西的媽媽。

「快來！快來！妳可以養妳的小孩啦！」

因此那母親就快快地來了，國王的女兒對她說：「這裏有個小寶寶，妳替我領去養他，國王不會殺他的。」

說完了，她就將小摩西交給他的母親。

這樣，那母親就把他抱回去，給他親嘴（像這樣），把他摟得很緊（像這樣），也是搖動他的搖籃（像這樣），還唱詩給他聽（口裏哼着歌調）。

### 訓練講故事

訓練講故事，其方法就是實地開始講故事。從聖經中，從你自己兒童時代的生活回憶中，以及從歷史，科學，及時事中，找出故事的材料來。材料的來源，到處都是，只要把它配合起來，便可應用；同時也是要設法使你自己成爲一個很會講故事者。講故事是一種科學，你應當學習此種科學。你若果能預備一本記事簿，把各種故事材料收錄下來，並把它們分門別類地列開，那是對於你學習講故事是大有益處並可給你鼓勵的。以下的分類綱目，可作爲參攷之用：

（甲）故事的來源——舊約史 新約史 自然界 世界史

（乙）故事的性質——健康 信心 勇氣 順從 恩慈 公正 冒險

（丙）故事的程度——按年齡分爲：嬰兒，孩童，成人三類。

以上建議，聊供參攷之用，除此之外，各人盡可隨意再分列門類，只要合用就行了。

# 搖 籃 歌

(一) 晚 風 推 動 蕩 波 輕 擾 寂 靜 銀 河 滿 草 舟 中  
 (二) 可 愛 棹 蕩 草 上 小 鳥 相 舞 輕 唱 巧 嬰 音 妙 樂  
 (三) 天 使 琪 璣 滿 藍 勿 讓 窺 寢 施 辰 嬰 兒 睡 時

CHORUS

安 睡 俊 童 喜 候 母 愛 慈 胸 搖 搖 搖 搖  
 驚 醒 脫 郎 笑 滿 兩 個 難 忘 搖 搖 搖 搖  
 低 聲 飛 過 莫 將 小 胆 嚇 破

副 歌

漸 陽 蕩 華 中 間 巧 小 玲 瓏 滿 舟 裏 安 睡 且 在 河 畔

哼……(唱完末節後)



第六課

訓練自治

訓練兒童的目的，並不單是要他聽父母的話就行了，但乃是要教導他要約束自己的衝動，要管治自己，要更善於判別甚麼是好或不好，並選擇他所知道是好的事情去做。

父母的榜樣

要訓練兒童自治，第一要緊的是父母在自己的生活上要先有自治。世上最好的生活，就是那能實行自己教訓的生活；換句話說，世上最大的失敗，也就是能說不能行的毛病。如果母親用興奮的聲調對漢英說，『妳不要吵鬧！』如果漢英一時沒有停止吵鬧，母親便氣極了，用力搖她，用大聲喝她，還要打她。這樣，母親自己的行為正是與自己的命令直接相反，她的榜樣與氣色正是破壞了自己的目的了。假使父親對那心中已有自己主意和目的的小夏說，『今天下午你不可以到甚麼地方去。我不管你是否和小金有

甚麼約會。我要你把地鋤一鋤。好了！不要多說，不許你回嘴！你只照着我的話去做；否則，我要狠狠地痛打你一頓！」

小夏也許是懾於爸爸的威嚇而服從了，但他的心裏還是沒有改變。他看不出父親的教訓是有甚麼理由，他只是在心中定意，一有機會就要去實現他自己的目的。在父子兩人的心中，並沒有解決這場難題，彼此也沒有得到甚麼自治的好處。

懷夫人說：「祇有等到那做錯的人，受了指示而看出自己的過失，並自願去改過的時候，那責備的真目的纔算是達到了。」（教育論第二九一面）

「那些願意管理別人的人，必須先能管理自己。以激烈的情感來對付兒童或青年，只能激起他那反抗的精神。父母或教員每遇不耐煩而易出言不慎的時候，就當保守靜默。靜默無言是極有能力的。」（教育論第二九二面）

### 禮貌能生和睦

我們要常以尊敬與禮貌來對待小孩子，他們也就要反應着這同樣的德行。如果你要從孩子的面前跨過，應當向他說「對不起」；如果你在他還沒有喫完飯之前要下桌，應當向他說「請原諒」；如果你在無意中碰了他，就應當向他道歉；如果你是出於不得已

而失約了，就應當設法得到他的同意。切不可忘記你向他所發的應許。凡你要小孩子去作的事，你自己先要作，然後再注意看他所作的。

禮貌並不是詐僞。它乃是一種科學化的方法，去取得人的合作與好感。要教導你的小孩子常向他的友伴說『請』和『謝謝你』這一類的客氣話。同時你也可以看到有禮貌與無禮貌之間的區別是怎樣，現在舉例如下：

阿蘭有一個小囡囡。阿美對她說，『把那小囡囡給我！』阿蘭生氣了。阿美也大聲起來了，『我說，妳把那小囡囡給我！』阿蘭回答說，『我不給！』這樣兩個人便起衝突了。但若是阿美當初是和顏悅色而客客氣氣地說，『阿蘭，請妳讓我抱一抱妳的小囡囡，好嗎？』那麼，阿蘭一見到阿美的禮貌客氣，知道她的心中是善意的，自自然然地她是會把小囡囡讓阿美玩一玩了。

長欽穿着滑鞋在花園中人行道上溜過來溜過去。啓明在籬笆邊看着。長欽說，『哈囉，你過來吧，我要讓你也溜一溜。』啓明咧開嘴笑了，過來同長欽一齊玩，並讓他玩自己的陀螺，兩個人便快樂了一下午，這真是多麼好阿！但如果長欽在起先喊說，『喂，快滾開！這是我的園子，我要溜過去了。』那麼，啓明不免要冒火，同他吵說，『這不是你的籬笆。我不許你玩我的陀螺。』

從上面的兩個例子上，我們可以看出禮貌與不禮貌之間的分別真是差得很遠的；有禮貌便使人與他合作同樂，沒有禮貌就使人生氣相爭。

藉着自治的訓練，便可使人有禮貌。自治的訓練，能常常遏止人的衝動，而使人服於理性與愛心下。這也就是自治的精意。

「父母和教員們應當特別培養愉快與禮貌。人人都可有一副快樂的容貌，柔和的聲音，和有禮貌的態度；這些都是能力的要素。兒童們會被那言行快樂和善的人所吸引。你祇要以仁慈和禮貌對待他們，他們就必以同樣的精神對待你並彼此相待。」（教育論 第二七五面）

## 貢獻別的來代替

當小孩子正在作一些不應當作的事的時候，單用命令去制止他，那是不能徹底解決難題的。他那時想不起有甚麼別的事好作，及至他想起了甚麼，他就要盡力去作的。所以你在制止他的時候，你必須貢獻一些別的更有益的或有害的事給他去作，改變他的思潮。例如，小孩子是否願意穿着最好的衣服去玩泥漿呢？自然啦，他也是很小心並不喜歡自己的好衣服弄髒的。因此在這時候，你便有兩方面的事可以作：或是給他換上一

套可以玩泥漿的髒衣服；或是給他貢獻一些別的有相等趣味的玩意兒，來代替玩泥漿。這樣一來，你的威權不但沒有損失，同時也教導他實行順從了。反過來說，你雖然可以和他同站在水溝邊上，告訴他不可以踏水弄泥，否則媽媽要打了，同時也是在他每次用脚去踢水的時候，你打他的屁股，使他停止玩水；然而這樣的結果，你能得到甚麼益處呢？你喋喋不休地吵了他一頓，消磨了他的心願；但所得的結果，卻是養成了他的壞脾氣。因此，最好的方法，還是貢獻一些別的有同樣興味的好事讓他去作。

應當盡量避免與兒童的心意衝突。做父母的應當計劃，怎樣使兒童的腦經與手運用在有價值而有趣味的事上，這樣便不至於使他覺得人生是不自由及事事受人攔阻而感到失望，反而是覺得在所要作的事上，日日有穩定的進長。

## 堅 決

這意思並不是說父母一點也不該遷就兒童的心意。但無論何時若起了一個爭點，例如小孩子決心要作父母所不許他作的事，或是不作父母所要他作的事；這時，唯一的辦法，就是作父母的要堅持主意，要他順從，即使是要採用何種手段去強迫，亦當在所不惜，這種辦法，並不與我們以前所提過的原則有何衝突。那原則是，應當教導兒童自己



作主，選擇正對的事去作。現在兒童既然決心不要作正對的事，或是要去作不對的事，或是他不曉得甚麼是對或不對；那麼，他還是在發育的過程中，他的判別力與意志並不健全，所以作父母的便應當按自己的判別力與意志，來矯正他，指導他，直到他自己的判別力與意志更健全。不然的話，你若讓他自己隨意去瞎闖，結果不免要養成了反覆無常的意志，並且終生要度着不愉快的生活了。

說到了這裏，我們還得注意一點，那就是：作父母的固然是應當堅決主意，要兒童順從他的指導與命令，但是在領導他走人生正路與給他更好的訓練上，最好還是在彼此之間要越少衝突越好。因此，作父母的人便應當研究思想，怎樣造成一種環境，怎樣在暗中引導兒童的意志，以免在父母與子女之間產生磨擦衝突。

## 鎮 定

家庭中應當有鎮定與安靜的精神。瘁氣焦躁而神經不甯的父母，應當訓練自己有鎮定的精神，並且要使家庭中充滿着仁愛甯靜的空氣。應當多作靈修，用屬靈的研究與思想來鎮靜自己的神經，認識上帝作你的父親和朋友。這樣，你纔能把這快樂而安靜的精神傳給兒童們。懷夫人說：「作父母的人阿！要讓那仁愛，快樂，和知足的日光照入你

們自己的心裏。再讓那快樂甜蜜的影響滿罩你們的全家。你們總要顯示一種仁愛寬容的精神，也幫助兒童發出這樣的精神。凡能使家庭生活益發光明的美德，你們都要培養。在這種情形之中造成的環境，必如陽光和空氣之對於植物有同樣的作用，增長思想和身體的精力。」（服務真詮第三六〇面）

## 父母的特權

作父母的人，是有偉大的光榮，並負有重大的責任的。他們是站在上帝的立場上對待自己的兒童。他們的品格，他們的日常生活，他們所用的訓練方法，都是向孩子解釋上帝的道。他們的感化影響，能使小孩子信靠上主的保證，或是拒絕之。懷夫人說：「為父母者，若能在自己的行為上反照神的形像，使上帝的應許和誠命在兒童心裏引起感謝和尊敬，用自己的慈愛，公義，忍耐，對兒童解釋上帝的慈愛，公義，忍耐，並且從教訓兒童，敬愛自己，信靠自己，順從自己，而敬愛，信靠，順從他在天上的父，這樣的父母是何等快樂阿！能把這樣的禮物給兒童的，便是給了兒童一種永遠長存的財寶，比從古到今的一切財寶更可貴。」（服務真詮第三四九，三五〇面）



第七課

個性頑強的兒童

在意志中有能力

我們常聽人說：「我的馬利亞真是一個可愛的姑娘；她是從來不給人甚麼麻煩；無論你告訴她甚麼，她總是去作的。」不錯，這樣的姑娘果然是人人所愛的，我們也是向她的母親恭喜，因為她可以省了許多的心事。然而同時我們也可以補上一句話說，馬利亞決不會發起甚麼道德大復興運動，救護傷兵運動，或是訓練出人間的大領袖來；因為她不是魏良德 (Frances Willard)，南丁格蘭 (Florence Nightingale)，傅慈伯 (Focheped) 之流的人物。她在世上自有其地位，我們是需要許多可愛的小馬利亞；但同時我們也是需要一些馬大。(參見路加一〇章四〇，四一節)

被誤導了的能力

父母有了一個意志堅強的兒童，那是應當喜樂的；因為意志堅強的兒童，是有一種潛伏的力量，足以爲上帝及同胞服務的。但本課所要討論的，卻是『個性頑強的兒童。』換句話就是『剛愎固執的兒童，』這是與那『有堅強意志的兒童』大不相同的。個性頑強的兒童，實是意志堅強的兒童被誤導了所致。他是被人容慣了，以自己的志願及活動爲中心，不知爲別人謀福樂，以增自己的福樂。他變成自私自利，會爭會吵，及獨斷獨行了。如果大人不容讓他去自行其是，他便要隨個性的趨使，出來打架，喊叫，撅嘴，及愠怒了。

## 父母的責任

在這種情形上，我們不能歸咎於兒童；他的父母是應負其責的。如果你覺得這話有些太重，那麼你且用一分鐘來想一想其中的事實真相便明白了。兒童稟賦有堅強的意志，原是可寶貴的。如果大人能善加指導，使其用爲幫助人，使人快樂，和造福社會，則兒童自己以及凡與他接近的人，都會因他的貢獻而幸福。從另一方面說來，每一個兒童都是天生地以自己爲中心，他在世上最先認識的就是自己，他那種『欲得』及『欲保有』的情緒，乃是將來『求進取』及『儉約』等美德的基礎。他必要受人的教導，纔能

知道在尊重別人的權利及克己犧牲之中，有那通達幸福及服務之境的門徑。然而除了父母之外，還有誰來教導他呢？如果父母不這樣教導他，則他失去了學習真理的最好方法。這樣一來，他在日後就變成了只知道有不顧他人的人，一遇到不順他心意的時候就要任性發作，這是應該歸咎於誰呢？豈不是他的父母麼？

### 自己先作榜樣

我們自己應當作好榜樣，以免我們那意志堅強的兒童變成了個性頑強的兒童。我們怎能教導他成爲有理性，不自私，馴良，而不固執剛愎呢？最首要的方法，就是以身作則。因爲兒童從榜樣及環境上所得的教訓，是比從命令及矯正上所得的多得多了。

意志堅強的兒童，他的父母之中必有一個或兩個是意志堅強的。你覺得這話是有可非議的嗎？好了，我且來問你一下：你是否愛維持自己的意見，爲要證明自己是對，而向兒童說，『我告訴你這樣就這樣』呢？你是否喜歡自作決定，自去進行，而不同你的妻子或丈夫或別人商量呢？果而如此，你就當坦白地承認自己也是一個個性頑強的人。你必須藉上帝的恩典來改變這種劣性，你應當用謙卑及至公愛人的精神來代替你驕傲的意見。你應當改變頑固自恃爲虛心傾教，重視別人的見解過於自己的。你必須這樣作，

否則你不能使兒童甘心順從你的指導。何時你在自己的人生上樹立了各種美德，你也就可以教導自己的兒童成爲有理性及不自私的了。

### 利用競爭及媲美心理

在你講故事之中，不妨把那個性頑強的人物來與那有堅強意志而又能受教的人物作一比較。關於前者的一方面，你可以述說該隱，法老，掃羅，約拿的故事，和『小鹿自以爲比母親還聰明』及『小鷄不肯喫石子』等故事；至於後者的一方面，你可以敘說亞伯拉罕，大衛，但以理，耶穌，以及各佈道英雄的傳記；此外在自然界的故事中，也有很多是饒有興趣及教訓，使人明白虛心領教和合作之益的。

應當把這些故事當食糧用，而不要當作藥用。當一個兒童生氣的時候，你勉強他注意到某某英雄是怎樣地忍耐，那是無用的，他是會大怒和厭惡的。然而他若是常常受父母榜樣的薰陶，同時也是從故事中聽到某一等人是怎樣地受人尊敬讚美，而另一等人是怎樣地趨於不幸厄運；這樣，他便要在自己的人生上，要與那些英雄偉人競爭媲美了。

### 建議的能力

如果你想要與兒童少起摩擦而又能阻止他作不端的行動，你就應該在事先向他建議有甚麼好的事情可以給他去做。在父母與兒女之間的難題，往往是由於在事先未曾彼此討論其所預期的行動而起。在父母一方面，是希望兒童行某種事，但在兒童一方面卻不曉得此事，而又自行決定去作另一件事。

比方說，你要爲自己的小孩子舉辦一個生日歡樂會，你若在事先同他討論一下，他是要多麼地快樂阿！你越是多用想像力去解釋去計劃，他的快樂也就越興奮。你對他說明要請那幾個人來參加，以及他們各人所喜歡作的事。你同他計劃如何招待小朋友來賓，向他們說些甚麼樣的問候的話。你告訴他這次歡樂會中要作那幾樣遊戲，及怎樣呈遞點心給客人。你要在他的心中創造一種印象，使他曉得從歡宴來賓及使來賓快樂的事上，自己可得最大的喜樂。他若能作他們所喜歡的事，使他們隨心意作遊戲，向他們說慈愛的話，和作有益的事，這樣，他自己就要成爲最快樂的人了。在這種情形中，可教他學習禮貌；這禮貌乃是馴服人頑強個性的最妙方法。

我們應當向兒童常作各種良好行動的建議，明乎此，則我們也許不會在兒童面前說些我們所不作的事了。例如，在第一次把某種食物給蔚生喫的時候，母親說，「我不曉得蔚生是否喜歡喫這個；我是從來不喫的。」又如，蔚玉聽她的媽媽說，「我希望在我

把蔚玉帶到醫生那裏去看病的時候，她不會哭。『像這樣的說話，結果自然是使蔚生不肯喫那食物，而蔚玉也要在醫生的診所中號哭了，還有甚麼可驚奇的呢？』

一個母親在心中預存着有麻煩，結果就常會遇到麻煩。當偉理聽見母親對他說道，『你現在立刻就來，你應當來洗澡了，用不着多辯！』這時他覺得空氣非常緊張，並且得到了背逆的建議了。但若是母親這樣說，『偉理，在你再玩一下那列火車之後，我們就可以把各種玩具收拾好要喫飯了，』那麼，情形就要順利得多了。我們若向兒童建議一些喜樂的事，那是更容易得到他的順從的。往往有許多在命令之下辦得不好的事，但在建議之下，卻博得兒童的樂意順從了。

### 矯正錯誤

每個兒童確實是有許多的次數需要矯正錯誤的。他也許是會去侵犯鄰人的住宅，他也許是會去搶別個兒童的物件，他也許要去你所不要他去的地方，他也許是常會執拗反抗你的主張。在這些緊張的情形之下，父母與兒女之間便起了鬥爭。

如果你必要停止他所正在進行的事，你切不可用粗厲及急切的态度去停止他；因為那樣作是特別會激起反對的，並且會使一個意志堅強的兒童變成了個性頑強的兒童。當



你矯正他錯誤的時候，在你的心中切不可有忿怒及不耐煩的情緒。如果你覺得必須向他用強制的手段，那麼你就當堅決而不要暴厲。須記得你不是他的仇敵，而乃是他的朋友。你應當使他也相信這一點。

無論如何我們不應該剝奪兒童的興趣，而不給他甚麼代替物。我們應當盡可能地誘導他注意到一些更有興趣的事，同他一齊作，不顧他的悲哀愠怒及發癡氣，堅持你自己的態度及慈愛的關心，直到最後取得了他的合作。

「切不可在忿怒中矯正你兒童的錯誤。你自己表現出了憤怒，那是不能醫治你兒童的惡癡氣的。這是最要緊的時候，你應當不着謙卑，忍耐，及祈禱來行事。這時你該同自己的兒童一齊跪下，祈求上主的饒恕。如果你

是基督化的父母，你就應當在使兒童受罰之前，向他表明你是怎樣地愛護這行錯事的小孩子。當你與兒童在上帝之前俯首低頭的時候，你可用那位憐憫人的救贖主所說的話——「讓小孩子到我這裏來，不要禁止他們；因為在天國的，正是這樣的人。」——來



祈求。這種祈禱會使天使來到你的身邊。你的兒童必不會忘記這些經驗，同時上帝也要賜福在這種教導上，引導他來就基督。」（教師勉言第一一八面）

## 體 罰

體罰有時也許是必要的。近代的一些心理學家譴責人向兒童施擗打，但我覺得這對於幼小的兒童仍是很好的辦法。用鞭抽，用杖打，貴乎時有變化，切不可擊打他的頭部，因為這是一種強暴的行爲，會使他頭部幼嫩的器官受傷害的。

父母在忿怒之中是不配刑罰兒童的。我們大家都是不完全的人，對於兒童的錯誤行動，往往是很生氣地去處理；但基督化的父母，卻當在教訓兒童之前，先要管治自己的怒氣。不然的話，他怎能充當天父的代表呢？

在應付個性頑強的兒童上，不要想常用刑罰，直到他回心轉意爲止。我們不應當使兒童有這種觀念，以爲他要一直受刑罰始能就範。施行體罰應當要嚴厲而迅速完事。體罰是由於犯法而起，並不是甚麼磨煉兒童的工具。應當使兒童心中的印象爲：在犯法受罰之中存有父母的愛。同時我們也當記得，那能博得人心的，乃是愛而非刑罰。

總而言之，我們應當用各種方法，榜樣，競爭，建議，及愛心的刑罰，來矯正及吸

引兒童的意志，使其納於正軌；這樣，我們就可以漸漸地見到他那堅強的意志，發展成爲美麗可愛的人物，而不至於趨入自私自利之途了。

「凡真實愛基督的父母必能見到，父母對於兒童的愛不是使他們放縱，但乃是要善用爲謀求他們的至高福利。他們要運用每一分虔誠的精力及才幹去拯救自己的兒童。他們不把兒童當作玩物待，而乃是視他們爲基督用重價所贖回的，並教導他們知道自己是上帝的兒女。不要讓他們放縱惡癖氣及自私的願望，但乃是要教導他們以自約自制的教訓。這樣，在正當的管教之下，兒童將要更快樂，遠勝於在放縱不羈的生活下所得的。兒童的最優美德行，在乎謙讓與順從，——耳朵留心去聽指導的話語，手足甘心去履行責任本分。」（教師勉言原文第一一三面）





第 八 課

水 與 日 光

水與日光，是賜生命與健康的兩大動力，所可惜的就是我們還沒有盡量地加以賞識及利用。我們若能比平常更進一步地多多利用它們，那麼它們對於我們的健康，也必有更偉大的貢獻。

沐 浴

人須保持清潔，這是極其重要的。要實行清潔，那是少不了溫水與肥皂的。按着理想來說，最好是每天沐浴一次；但若是辦不到此地步，那麼每星期中能有二三次的沐浴，那也是很很好的。每天活躍的遊戲，肌肉及循環器官的活動，使皮膚上堆積着脂肪及汗腺中所分泌出來的廢物，這樣便使外層皮膚的細胞長此消損了。因此我們若能天天保持皮膚清潔，把皮膚上所堆積的廢物清除掉，那真是一件大福了。

但是，常用溫水沐浴的結果，那是要使身體懶倦的，因為溫水能使皮膚起一種鬆馳而休息的感覺。我們若常用溫水沐浴，身體的活動就要變成笨滯而倦懶。那能使身體起警醒，並使循環系統暢活的，就是冷水浴。小孩子受過了冷水浴的訓練，便在他體內漸漸地養成了堅強的抵抗力，使各種疾病很難侵入。因此，我們若是採用溫水浴，那麼在浴後，便應當用冷水澆一澆，或抹一抹纔好。

### 有益的冷水浴

冷水浴多半是由於習慣所養成的。如果兒童在嬰兒時代裏就養成了愛好冷水浴的習慣，那是很有福氣的。小孩子最喜歡的是甚麼呢？豈不是愛玩冷水麼？你且把他放鬆，讓他在庭園

中隨便玩耍，只要他一看見到那裏有水，他就要跑過去玩水的。既然小孩子是這麼愛玩冷水，我們便應當讓他們有機會，使他們可以得冷水的益處。我們有時很奇怪，為甚麼自己的小孩子那麼不耐寒和容易有傷風的病；原來這就是多半由於我們平常不讓他與冷水接近的緣故。據現代的醫學研究說來，每天有一次冷水浴，那真是一劑奇效的補藥。因此，我們何樂而不使兒童從小就養成了冷水浴的習慣，讓他成為壯健的人物呢？



## 怎樣開始？

兒童沒有從小養成洗冷水浴的習慣，這也許是由於母親在開始的時候所用的辦法不大妥當所致。訓練兒童洗冷水浴的最妙辦法，就是先給他用溫水洗清潔，再快快地把他放在冷水盆裏一浸，立即把他撈起，用粗毛巾把他全身快快地擦乾，然後就算完事了。這種迅速敏捷的手續，使他在水裏漂一漂，在他還來不及哭出聲來的時候，就撈出來洗好了，同時他的血液循環便立即大為流暢，皮膚也是微涼而呈紅色了。

在頭兩三天早上過去之後，阿德也許覺得浸冷水是可樂的，並且還要多漂一回呢。在極冷的時候，可在冷水中略滲溫水，免得太冷，但也不應當使它失去了冷性纔好。

無論是每日一次或一星期兩次，若是洗溫水浴時，都應當照上面的辦法給他沖一下冷水。如果阿德是三歲或三歲以上了，你就可以告訴他爲甚麼緣故這樣做：因爲溫水使身體懶散，使他疲憊瞌睡，使身體內的火燃燒得很慢；那火在裏面說，「外面很暖和，所以我不必燃燒了！」但冷水卻使身體驚醒起來，出力作工，體內的火要說，「乖乖！外面是那麽冷，我現在要大大出力燃燒，使身體溫暖起來。」

有時在洗溫水浴之後，不必在冷水盆裏漂浸，只消阿德站在浴盆裏，讓媽媽拿一條

冷的溼手巾，把他快快地抹一抹就好了。這種辦法對於身體不大強健及體質嬌弱的兒童是較好的。但無論如何，總得使他實行冷水浴；在開頭的時候，也許是先給他用冷水洗臉，再洗胸及臂，漸漸地進步，直到後來能作冷水浴而有良好的反應為止。

切不可打罵吵鬧兒童，或是違反他的心意而用強硬把他浸在冷水中。因為那樣做，會使他的神經受震驚，破壞了冷水浴的益處，並且使你不能得到他的合作。要使兒童得到冷水的益處，那是有辦法的，只要你細心地計劃設法，結果總是能得成效的。

## 喝 水

我們所要喝的涼水，必須確實是滾滾過的。多喝水的益處，是幫助將體內的不潔廢物排泄出來。人體血液中含有百分八十的水，這些水會在人體的細胞及肌肉中起化學作用。它把消化器官中所消化過的食物輸送給那建造身體的細胞，並且又將細胞中的廢質轉送到排泄器官。因此，我們每日要喝充分的水，來維持這些作用，這便成了一樁重要而不容忽視的大事了。

正常活潑的小孩子，尤其是那些食用硬質食物的孩子，是每天應當喝三四杯開水的。如果這事有些為難，或是小孩子不大討要水喝，你就應當催促他，幫助他多喝水。

多喝水是極有益處的，它能使皮膚更清潔，眼睛更明亮，呼吸更活潑，使人不疲倦，並且常常會治癒便秘的毛病；這些都是明顯的憑據，足以證明身體是健康活潑的。

在我國有些地方，人習慣於喝熱開水而不喝涼開水，這是應當改良的，因為熱開水有時會把體內嬌弱的黏膜燙壞了，結果會釀成一些疾病的。

## 空氣與日光

小孩子要發育長大，那是一年到頭都需要日光的。除了颶大風而灰塵滿天及暴風雨大寒冷的日子以外，每一個兒童都應當每天在戶外日光下過生活幾個鐘頭，——冬天三四點鐘，夏天五六點鐘。日光能使兒童從食物中所得的礦物質起最好的作用，幫助他的身體有正常的發長。每一個兒童應當有充分的日光照在臉上，頸上，胸上，手臂上，和腿足上。如果可能的話，最好是全身給他曬一曬，因此，我們在給兒童施溫水浴及有益的冷水浴之外，還可以給他添上空氣浴和日光浴，使兒童的體格大為強健，有精力可以抵抗各種疾病。三歲到九歲大的兒童，都是很歡喜在日光下玩得很長時間的，所以我們便可利用此情形，讓他們從自然界的補藥中得到圓滿的福益。

對於日光浴的程序，應當謹慎注意地開始。在身體皮膚還沒有習慣於受日光照射之



前，不宜在日光下曬得太長久，免得起了曬焦皮膚的毛病。穩當的辦法，就是在初次開始實行日光浴的時候，應當簡短，或者兩三分鐘就夠了，以後再逐日增加一半分鐘，直到皮膚上顯出紅褐色而沒有曬焦的情形了。在皮膚都起了紅褐色之後，小孩子便可以每天在戶外玩上幾個鐘頭，領受日光浴的益處了。

## 魚肝油

若是天氣太冷或有其他的緣故而不能給兒童行日光浴的時候，可以給那身體頗弱的兒童吃一些魚肝油；每天兩三次，每次一兩調羹，服量須看兒童年齡的大小而定。魚肝油裏含有甲種及丁種維他命極豐富。爲保守兒童免患軟骨病起見，兩三歲以內的兒童，除了那能多得日光之益的夏季以外，是應當給他餵食魚肝油的。雖然這樣，但一個兒童若是很肥胖了，在天氣暖和的時季裏受了充分的日光浴，並且在冬季的幾個月中也常常作戶外遊戲，那麼他的體內貯藏有充分的維他命，足夠冬季數月之用，便可以不必吃魚肝油了。若是你對於此事有些問題，最好去見一位醫師，同他商量商量。



第九課

膽量小的兒童

有些兒童是胆小而懼怕的；他們的父母也常因自己兒童的胆小與害怕而覺得很不耐煩。他們對他說，『不要那麼傻，沒有甚麼東西會害你，你只管站着就好了。』『在黑暗之中，不必害怕甚麼。』『那件事你自己去辦就好了，我看不出你有甚麼不敢去辦的理由。』『看見了陌生的孩子就那麼害怕，真是傻極了。以後再不要那麼傻了。』

在訓練兒童上，若是暴躁不耐煩，那是不能解決難題的。做父母的對於兒童的困難顯出了不耐煩的態度，那就表明了他是不明白事實真相，也是不能設法解救這些困難。這種情形，你會注意過沒有？無論何人一發了脾氣，那就是表明他差不多已失去了控制當時情況的能力了。

胆小的原因

兒童胆小及懼怕的原因很多，或是由於遺傳，或是由於自己的經驗，或是由於他所處的環境。一般地說來，總是有一些足以令他懼怕的情勢，然後他纔會起懼怕的。如果一個小孩子是天生地怕羞，胆小，與懼怕，那麼大人便不應該去斥責他，和用刑罰來威嚇他。若是那樣做，結果只有使他加增錯誤，越弄越糟。你越叫他注意他自己的過錯，越是責備他或刑罰他，他也就越沒有力量去克服那毛病，並且是更見悲慘地陷入失望之中。在這種情形之下，最好的救治方法，就是設法使他有一個良好的環境，和施以良好的教育。

### 注意他所聽的故事

對小孩子講那些怕人的故事，這種習慣是很不好的。有些小孩子是天生的胆大，對於這類故事是不會有甚麼大影響，他們在精神態度上也不會起甚麼變動；但是那些天生胆小的小孩子呢，一聽到這種怕人的故事，便不免要受很深的影響了。有許多神仙妖怪及野獸的故事，不但沒有甚麼正當的好教訓，反而是暗示他們起懼怕了。無論從那一點上說來，那些稗官野史，聳人聽聞，及令人喫驚的妖怪故事等，都是不應該講的，因為這些故事對於胆小的兒童是有最壞的影響，並會破壞他的生活的。

我們應當向兒童述說那些有益的，使人忘記自己，及使人有勇氣的故事，例如：  
 「大衛與歌利亞，」，「一個被俘擄的女孩子，」，「張良拾鞋，」及「孔融讓梨，」等類。  
 在故事之中，雖可述說到各種危險的事，然而卻不要使兒童起害怕。要常說英雄怎樣胆  
 大，及勝過每一懼怕等等的故事，這樣便會建立起兒童的胆量和勇氣來。

### 教導兒童要有勇氣

切不可用恐怖的方法去勸導兒童順從。有些父母，在兒童頑皮及不順從的時候，便  
 虛構一些假話來威嚇他們，這是很不對的。例如，一個母親對孩子說，「如果你不聽  
 話，那個警察就來把你捉去下監牢。」這種說法，不但是沒有教導兒童要明白警察是  
 會保護人和做他的朋友，反而是使他們一見到警察就害怕了。還有些父母對孩子說，  
 「熊要來喫你，」或是「蛇藏在桃樹上要咬你。」這些話都是挫落兒童勇氣的，所以我  
 們是不應該說。同時我們也要記得，順從乃是兒童信任父母的自然結果，而不是由於懼  
 怕所成就的。

按理說來，我們是應當警告兒童，如果他作了甚麼違禁的事，那是要受責罰的。然  
 而我們也當小心，切不可把這良好的警告變成了一種威嚇。在發警告的時候，應當心平

氣和，專心致意地對他輕聲說，「約翰，下一次我再聽你說那句不乾淨的話，我就要用水和肥皂把你的嘴洗一洗啦！」在這種警告中，父母的用意並不是威嚇他，但乃是忠告他，正如同你對他說，「如果你摸熱火爐，就要燙手」的話是一樣的。這種出於好意的警告，是與威嚇大不相同的，並且也是小孩子會認識得出的。

世界上果然是有許多的危險，我們是應當向兒童們提出警告的，然而我們卻要小心不要威嚇他，也不要給他太深的印象，以致暗示他起了有害於健康的懼怕心。做父母的應當充分教導兒童知道甚麼是危險，使他能夠保衛自己，並且在腦經中免掉許多不必需的恐懼與焦急。他應當知道自己不應該太靠近火，和不應該橫越馬路，免受汽車撞害；但同時我們也不應當使他害怕黑暗，害怕醫生或警察。一個母親若是對兒童說，「如果你不乖乖的，我就要去叫醫生來。」這種威嚇使兒童起了懼怕，以致將來真的有了甚麼毛病而需要醫生來幫助的時候，反而要弄糟了。

我們一方面應當時常教導兒童，世上有許多的兇惡危險，但同時在另一方面也要向他啓示，我們有天父同在，祂要差遣天使來保護我們。我們應當給兒童種上這種思想，使他感覺到天使相保護，這是最能幫助兒童產生勇氣的。我們可以對兒童述說一些天使救人危難並保護人的故事，例如「天使怎樣阻止了一羣暴徒，」以及「人眼所看不見

的軍兵」等等。此外也可以給他讀一讀以利沙被仇敵圍困於山城，後由天使拯救脫險的故事，以及彼得怎樣被捉下監，被判死刑，後由上帝的使者前來，解除他的鎖鏈，在重刑禁衛中救他出獄的故事。像這一類的故事，是會幫助兒童建立起勇氣的。

### 懼怕黑暗

舉例來說，有的小孩子很怕黑暗，晚上若沒有燈光便不肯睡覺。在這種情形下，做父母的應當盡量研究他害怕的原因是甚麼。或是由於父母讓他從小就養成了睡覺時要點燈的不良習慣，或是由於甚麼駭人的故事暗示他起害怕；總而言之，若是發現了他害怕的原因，就當設法給他除掉，這樣地進行下去，自可事半功倍了。

應當建立起兒童的意志，來抵抗懼怕。小孩子是各個不同的，所以你必須認識自己的孩子是甚麼樣的人。如果他的懼怕程度很淺，你便可以很快地把它除掉；如果他的懼怕程度很深，胆已嚇壞了，你就必須慢慢地進行。無論如何，切不可猝然的或暴戾的態度出之。應當使家庭中的空氣，不是懼怕恐怖的，但乃是信任的，愉快的，喜樂的，友愛的，扶助的。不要讓家庭成爲沉悶的，吵罵的，但乃是要讓上帝的愛之日光時刻照耀在裏面。

在臨睡之前，給兒童講述那些能激發勇氣的故事，藉以培養他的胆量，使他以自己的勇氣胆量自豪，並對他說，「英傑真是媽媽的小好漢，他要成爲大英雄像大衛一樣。他一點也不害怕。媽媽親近他，爸爸親近他，耶穌也親近他，還有那親愛的好天使也是時刻與他同在。」

如果他的害怕程度很淺，並且你也見到他的勇氣陡增了，你就可以在當天晚上實行熄燈，他也就好好地入眠了。但有些孩童，他的害怕程度很深，並且沒有甚麼勇氣，你就應當慢慢地進行。同他一齊進臥房，在他上牀後陪他一些時候，及至把燈熄了，可唱一首歌或講一篇故事。也許你在離開他的時候，可以把門半開着，不要完全關閉了。總要不斷地建立起他的勇氣，並且加增他過獨立生活的心志，直到他可以在黑暗之中好好地睡覺，對於黑暗不再害怕了。

### 懼怕社交生活

有些兒童對於自然界各種事物並不怎樣害怕，但對於社交生活卻顯出了很怕羞，不敢與大人相會，甚至於對別的兒童也很難相熟，只歡喜自己孤獨地遊玩。

如果這種態度並不過甚，我們自可不必加以反對，因爲我們原是不能把一切的兒童

都鑄成同一的性情的。在這種怕羞避人的兒童中，自亦有其可獎可嘉的品質，是那些胆大的兒童所沒有的。他是更能反省自己，更能接受屬靈的教訓，和更能深刻地忠事他的父母或那博得他信任的人。他也許可以成一個偉大的哲學家，偉大的科學家，或偉大的發明家。但社交生活對於每個人到底是有益的；因此，如果兒童是過於孤獨，不多與人接近，那就應當給他機會，讓他可以與別的兒童合作，並教導他在團體生活中怎樣支配自己。我們切不可以為自己能夠完全地改變他的天性，也不可存心要那樣作。比如，有些植物是在日光之下生長，有些是在陰暗中生長；那喜愛孤獨生活的兒童，也許就像後一種的植物一樣。我們對於這類兒童，只好幫助他發展他裏面所有的，並且只好讓他見一見日光，使他的葉子不至於枯黃就好了。

最好能由母親或別的合適的人，參加兒童們的遊戲之中。幼稚園的好處之一，就在乎此；有教員與他們同玩，指導他們，並幫助他們。我們也可以在家庭中招請兒童來遊玩，成爲一個幼稚園。如果母親或教員能使自己成爲兒童中的一分子，向他們建議，教他們開始玩有趣的遊戲，常使自己與他們接觸，叫他們高興，不要怕羞畏避，漸漸地越玩越熟，越有興趣，這樣便可使那怕羞成性的兒童在不知不覺之中，也慢慢地自行參加，並從遊戲中得到不少的快樂了。





第十課

生命之來歷

教導真理

父母所要教導兒童的最重要教訓，就是那關於生命來歷的真理，——受孕及生產。在教導這項真理上，很可惜有許多多的父母逃避了責任：有些人是因爲怕羞；有些人卻因爲自己也是莫明其妙。但無論他們是何原因，而其所貽的後果卻都是極其悲慘的。現今兒童與青年的腦經中充滿邪念，大多是由於父母忽略施授性教育所致，至於社會上的不法及墜落之事增多，更是其自然發展之結果耳。

現今最要緊的，就是父母當覺悟自己的責任，應在合適的時候及用合適的態度向兒童教導本真理。至於那些自己尙未瞭解性的關係及不知性教育之教授法的父母，尤應自己先學習本真理，並對之抱正當的態度，然後纔能智巧而懇切地向兒童施授性教育。

## 上帝的計劃

在施授性教育的工作上，故事是很佔重要的。生命就是一個故事，是一大串的故事，所以生命的開始，也就是故事的開場白。自然界萬物之奇妙，乃是我們研究不盡的大園地，其中有許許多多的故事，可供我們兒童的欣賞。在比較高等的生物界中，不論是動物或植物，上帝都使其具有兩性的關係。植物生命的繁衍，也正像動物一樣，要經雌雄兩性的配合，然後纔可成功。我們若要知道自然最基礎及最簡單的情形，例如花草的繁生，五穀的生長，及動物的配合，則非先明白兩性的作用不為功。這乃是一門奇妙而美麗的學科，對於兒童尤其是一片令他驚奇的故事幻境。

### 何時告訴兒童？

在三歲到十歲大的兒童，總會想起自己的來歷的，他要到父親或母親的面前問道：『你從那裏得到我？』『我是從那裏來的？』及至稍長，他也許還會問道：『生育到底是什麼一回事？』

父母必須準備好，以便能坦白而真實地回答他。我們若是向兒童作錯誤的教導，那

真是一樁極可怕的荒謬，在道德上是犯法的。從廣義上說來，他的人生及品格如何，全視乎他對於性的觀念是否正確而定；不但他的今生繫乎此，甚至於他的將來永生也是要看他在此事上的所知所想及所行來定準呢。

何時應當教導兒童呢？我們的回答是，何時他發問，何時就可教導。他既發出了問題，那就是表明他的腦經對這題目已有所悟，這時正是向他作心理上教導的時候了。作父母的人若是這樣回答兒童說：『小寶寶，你現在還是太年輕不懂事，等到你長得夠大了，我就要告訴你了，』這種回答真是太愚了。實際上說來，若非父母自己不懂此事，那麼他是不會作此回答的。不錯，在小孩子一方面，對於此項偉大的真理也許是所能知道得極其有限，但在事實上，他的腦經既能發出問題，那就是證明他能明白此項真理的開端了。因此，作父母的人便應妥作準備，俾可隨時按着兒童的悟性所及而教導他。

### 用 實 物 教 授

我們用不着等待到兒童來問的時候，纔向他施授性教育，及預備他的腦經去明白他自己出生的事實。只要兒童一能明白我們的話語，我們就可以利用植物及動物的生活史來向他開始施授性教育；這樣他便可自自然然地逐漸瞭解及生物的繁殖律了。

當小寶寶一能蹣跚學步，時刻跟着妳，並開始愛花愛鳥愛貓愛狗的時候，妳就當下手啓發他的悟性。先是教他知道植物種子生殖的情形，接着在同年或第二年中再教他鳥類生蛋的故事，末後可教他以高等動物生育的故事。如果他對於這些事都能自自然然地學會了，他就算是預備好了，可以明白及欣賞自己生命來歷的奇妙故事了。

因此，在小英今春跟着妳到花園裏去觀察及幫助妳撒種的時候，妳可以向他講：

### 小小的櫻色花嬰的故事

小英，你可曉得媽媽現在所作的是甚麼事嗎？你來看看，媽媽的手裏有些甚麼，這是小小的櫻色花種子。你可曉得它們是甚麼東西嗎？原來它們都是花的小嬰兒呢。很久以前，也可以說是去年吧，花母懷着這些花子在她身體裏的一間小房子裏。到了後來，它們成熟了，可以出來了，我們就把它們取出保藏着，到現在就可以播撒了。

現在你和我把這些小小的花嬰放在溫暖的搖籃——地土——裏，你看，就是這個樣子，把它們拍一拍，用土埋起來，留在裏面。你曉得將來要起甚麼變化嗎？上帝要賜下日光及雨水，使它們溫暖而潮潤，不久後，這些小花嬰兒就要出來生長了。它們要從這棕色的小帽上伸出頭來，直露到地面上。

大概在下禮拜，我們還要來看看，它們漸漸地生長，直到長成大株植物，然後它們要開許多的花，成爲花父和花母；這些花父花母又生了許多的棕色花嬰，像這些一樣。

## 花的部分

小英對於這故事要感到何等快樂阿！他要一再地來看看這些小小的綠色花苗苗長到地上；在他的滿腔熱望之下，妳很難得禁止他去把它們拔起來啦！

在此之後，妳就可以向他指明花父花母怎樣產生小小的花嬰了。關於此中的情形，妳是知道的，豈不是嗎？花的雄蕊就是花父，花的雌蕊就是花母。雖然是花的種類各異，而雌蕊的形式也有所不同，但我們卻可從它們所產的花粉（通常是黃色的）上，可以認識出來。這些花粉就是雌花生育的原素，至於雌蕊平常是分爲三部分：（1）柱頭，是一種球狀物（一個或不止一個），通常是生在旁邊；（2）花柱，是一個小柱或小管，直通到子房；（3）子房，其中藏着胚種，亦即花卵。

## 受精作用

花的受精作用，多半是由於昆蟲爲媒介。這些昆蟲因爲要採取那藏在花內部的花

蜜，以致身上或翅上沾染着花粉，隨後又帶到同種的另一朵花上，遺落花粉在其柱頭上，這花粉在柱頭上發育，後來成爲一根很細的線，通過那花柱的小管，達到子房，與其中的花卵結合，這種雌雄的配合，也就是花粉與花卵的配合，結果便成了種子。到了種子全然發育好了，我們稱之爲成熟。這些種子除了被人和別的動物所採爲食糧之外，大都是可以發芽長大成樹，接着又開花，又結子，而生生不息在地上的。

### 舉例證明

要證明這個故事，我們可用那最簡單而最大的百合花爲例，因爲它的各部分都是很顯而易見的。除此之外，還有玫瑰花，草薺花，蘋果花，梨花等等，也都很合用。最要緊的是妳自己要先把花的各部分認識清楚，尤其是那雌蕊與雄蕊，並明瞭其所屬的各小部分有何作用。

在妳向兒童教導的時候，可以拿起一朵百合花來作爲例證，向他說明——

### 花如何結子的事

小英，你喜歡知道花怎樣生產這小小的棕色花嬰兒麼？來，媽媽現在要指示你。這。

是一朵百合花，你看它穿戴得多麼漂亮阿，全然紅色，其上點綴着許多棕色及黑色的斑點。耶穌曾說過，上帝裝飾這些美麗的花，比君王的衣冠還好看。我也是這樣想；你想對嗎？你看它的色彩多麼鮮豔美麗阿！

我現在把這朵花指給你看，花父花母都在這裏面。你見到這些細而長，及頭上有小盒的花莖麼？這是雄蕊的花絲，也就是花父。

現在再看這小而粗壯的莖（花柱），頂上不是有三個黏着的小頭麼？這就是花母，我現在要把它全部指給你看：這是三個小頭在花柱的頂上，接着就是粗壯的小莖，莖的底端是通到子房，這小子房也是花母的一部分，其中藏着小小的棕色花嬰。

看哪，我現在把它橫剖開來，你見到這些細小白色的種子了麼？它們現在還不能被稱為種子，我們只好叫它們為胚種，意思就是小卵。我現在告訴你，它們怎樣變成了種子——棕色的花嬰兒。

小英，你且聞一聞這朵百合花的香味道。阿呀，你的鼻子怎麼都黃了！你且照照鏡子看。你的鼻子從那裏弄來這些黃粉呢？阿，原來是從這裏來的！我對你說吧，你見到在花父上面的這些小盒子麼？在這些小盒子裏，花父造出了許多黃粉。這是有何用處呢？你聽，我現在要告訴你。

等一會兒有一隻忙碌的蜜蜂飛來，他要採一些蜜回巢。牠見到了這美麗的紅色有斑點的百合花，便急忙進去，因為牠曉得在這花的裏面底部有蜜的。你看牠盤旋在花上，隨後便爬了進去，到那有蜜的部分。當牠經過花父的時候，有些花粉就黏在牠的身上，正如同你現在的鼻子一樣。及至蜜蜂得了牠所要的蜜之後，隨即又飛到另一朵花上，再進去取蜜。在牠進去的時候，從牠身上有些花粉要掉落在花母的小柱頭上，留在那裏。

現在你可想到些甚麼嗎？這些花粉留在花母那裏不久就開始發育，變成細小的線，一直通過這粗壯的小莖（花柱），達到花母底部的小子房。既到了那裏，便直接與白色的小卵配合，逐漸發育，直至成爲小小的棕色花嬰，也就是花父與花母所配合的產物。

★

★

★

★

★

這些都是提到花的性作用及其生產的初步知識。妳越是多知道多學習植物的種類，形式，及習性，那麼妳在述說這類故事的時候，自然是會有許多的材料，並會作各種不同花樣的敘述了。

## 鳥類及動物的故事

在講述了花的生殖故事之後，可向兒童講述鳥類的故事，接着可再講其他動物，如



松鼠，兔，貓，狗，牛，馬的故事。

鳥類在春天的時候，從牠們渡冬的地方回來，牠們愉快的生活，使自然界大為生色。在春季的良辰美景中，最能吸引人的注意力去研究鳥類的生活。有一天在戶外窗前，觀覽玲瓏小鳥的活潑生活，聽聆牠們婉轉悅耳的歌聲，真是多麼開心阿！在每一天裏，妳可略費一點光陰同兒童到田野間，樹林中，或一道清流的旁邊散步，欣賞鳥類的生活；尤其是在安息日中，可多用光陰作此，因為這一日原是上帝所特別劃出來，使人可以從祂的作為中認識祂，正如同從祂的聖經上認識祂一樣。

同兒童一齊去尋找鳥窩，從樹枝間，草叢裏，森林中，都可以找到鳥類的隱秘家庭。要小心觀察，不要破壞或傷損牠們，這樣妳同妳的兒童便可隨時來觀察牠們的發展情形。妳當利用此好機會向兒童教導——

### 鳥類家庭生活的故事

親愛的孩子，來看呀！這個窩裏有四粒小小的蘭色鳥蛋。這是紅胸鳥夫婦所居的家庭，牠們自己建造這小家庭，唧泥唧草，把窩裏面弄得平平的，給小鳥們居住。這四粒小蛋就是要變成小鳥的。

你可記得我怎樣告訴過你花種子之母體裏的小子房中生活的情形麼？你還記得那次所見到的許多小白卵後來變成了棕色小花種子麼？好了，現在這母鳥所下的四個小蛋，將來也是要變成小鳥的。

在母鳥的身體裏面也有一間小子房，養育着這些小蛋，但它們並非是留在那小子房裏直到變成小鳥，而卻是在預備好的時候，由母鳥生出來放在窩裏。現在你可見到母鳥天天伏在這些小蛋的上面，使它們溫暖，同時那小鳥也就在蛋殼子裏面發育着。

我們要天天來看這個小窩，到後來我們便可見到這些小鳥破殼而出。

★ ★ ★ ★ ★

阿，小孩子來看哪，這些小鳥已出殼了，牠們的嘴張得多大，簡直是除口以外沒有甚麼別的了。你看，鳥父鳥母正是整天忙着餵牠們呢。我們要常來觀察，將來就要見到這些小鳥漸漸長大，以致這鳥窩容不下牠們。那時牠們變成強壯的大鳥也要學飛了，鳥父鳥母便讓牠們出窩，練習飛翔，並爲自己尋覓小蟲及小花子爲食糧了。

到了數星期之後，鳥父鳥母便不必照顧牠們，因爲牠們在出殼數星期之後，已能自己照應了。

★ ★ ★ ★ ★

在我們同兒童講述了花草及鳥類的生命來歷故事之後，小孩子自然是很醉心於這兩性生活真理的奇妙，美麗，與純潔，以及作父母的歡樂與光榮了。此後我們就可以同他再說及——

## 雌雄配合的故事

在前面所提的故事中，我們還沒有說到雄鳥在使蛋受精的事上有何關係。在向兒童初次提到鳥類生蛋情形的時候，往往是不必需說明此事；但我們對此亦非隱諱不提，而是等待到兒童的腦經詢問及時再為之解說。當小孩子問道：『雄鳥也生蛋麼？牠是作何事呢？牠有何用處？』這時，我們是沒有理由不向他作坦白的答案的。須記得，小孩子的腦經天真爛漫，未有甚麼腐敗污穢的思想，兩性的問題，對於他並無甚麼下賤不潔的成分。我們應當靠上帝的恩典，使自己的腦經也像小孩子的一樣純潔，並用真誠及無愧的態動，回答他合法的問題。

在你先前對兒童說明的花父花母之故事中，已奠好根基，使妳在此時可以指教他雄性在生育上的工作了。現在他既問妳雄鳥的性生活時，你可以向他這樣說明：

上帝已經這樣按排定，每一個嬰兒必須有一父一母，你還記得花父花母的故事麼？

在花母的體內有小卵，但那些小卵卻不成爲種子，直到花父的花粉落在花母的柱頭上，後來變成細線，通過花柱，直達花母小子房裏面，與卵配合，而後纔發育成爲小種子。

照樣，鳥類也必須有雌鳥雄鳥，然後纔能使小小的鳥蛋變成了小鳥。雄鳥的工作，是將他的精蟲（或稱種子）射在雌鳥體內的小子房中，與其間的小卵配合，然後那小卵裏就有了小鳥的生命。及至雌鳥把小蛋（即卵）放在巢中，孵化出小鳥之後，雄鳥雌鳥便都要照護牠們，飼養牠們，直到牠們能夠飛出巢外自覓食糧時爲止。

★ ★ ★ ★ ★

## 鳥獸交尾作用

鄉間兒童很早就會見到田野間鳥獸交尾的情形，他若是同父母在一起，他是會大驚小怪地叫父母也注意及之，並且往往還以爲這是彼此欺負相咬呢。父母當利用此機會，真實而合理地向他解釋：這就是雄性使母性的卵受精的情形。開明的父母，在教導兒童以兩性生活的真理之時，必不會感到猶豫及羞愧的。我們何必讓魔鬼來教導他此事呢？

在作了這種解釋之後，如果還有需要的話，妳不妨就着兒童的觀察所及，再繼續指點一些關於松鼠，兔，貓，狗，牛等的兩性生活情形。

## 人類的嬰兒

在前面的一些開端中，兒童對於各種生物的生殖情形漸見熟悉，從花鳥動物的生產故事上，我們不難更進而使兒童知道及人類如何生育兒女。作父母和作兒童的，若能由此而明白到上帝大能的祕密，那真是有福了。用這種漸次灌輸的方法，可使兒童在性教育上受益不鮮，直到他們能夠自自然地進到神聖的禮堂中結婚而成家立室。

作母親的人可在一個僻靜的地方（或可請父親也在場），向自己的兒童說明：

### 親愛的小寶實是從那裏來的？

親愛的小寶實，你可記得我曾告訴你，小鳥怎樣從母鳥所生的蛋裏長出來嗎？你的爸爸和媽媽也是這樣生產你。耶穌已在你媽媽的身體內備有小子房，當你的爸爸和媽媽要自己生小孩的時候，耶穌便使你在那小子房裏發育生長。

最初你不過是一粒很小的卵，小得非人眼所能見。後來你在媽媽體內的心臟下部生長了一個長時期，經過了九個月之久。這是比小鳥生長的時期長久得多了，原來你是比一切別的東西更寶貴得多哩！

你的爸爸同媽媽常想念你，一禮拜又一禮拜，一個月又一個月地過去，你在裏面發育生長着；我們卻為你預備了一切，——溫軟的被褥，小床等，等候你的誕生。你看，我們是多麼盡心地照顧你，比母鳥照顧小鳥還愛惜，因為你是比牠們貴重得多了。

及至你要脫離母體出來的時候到了，我們就稱之爲生產。那時你生出來了，放在你爸爸媽媽的懷抱中，成爲我們自己親愛的小寶貝。我們真是多麼快樂阿！

★ ★ ★ ★ ★

但是，如果在妳還未用自然物的故事來同他解釋生命來歷及受孕生育等真理之前，孩子發出了這個透徹而直接的問題：『媽媽，妳從那裏得到我？』這時應該怎麼辦呢？好了，妳應當——照着所預備的——憑實告訴他。把他——妳的小寶貝——撲在懷裏，親切地告訴他說——

### 每個嬰孩都有一父一母

你要知道你是從那裏來的麼？好吧，讓媽媽來告訴你。一切生物——花，鳥，貓，狗，以及人類的嬰兒——都是我們的天父上帝所造的。這是上帝所定規的，世界上每個嬰兒都要有一父一母。你可曉得花有花的嬰兒，鳥有鳥的嬰兒，牛馬有牛馬的嬰兒，及

各種生物各有其嬰兒麼？等些時日，我要將牠們一一地告訴你。

至於你呢，那是在你未生出之前很多日子，上帝在你爸爸媽媽的心中放下了一種思想，想要生一個小寶寶，正像你這樣！

上帝在你媽媽的體內備好一間小子房，你就在裏面發育生長。在當初你不過是一粒很小的卵，小到人眼不能見得着。這個小子房在你媽媽心臟的下部，你在那裏漸漸發育，同時你的父母卻在那裏等待着上帝把你作育成形。我們天天思念你，那時你在那小子房裏發長，我們卻爲你預備一些柔輭溫暖的衣服，小床，及各種用物。我們夢想着你是甚麼樣子，是多麼大，在每天裏等待你，談論你。阿，那時間似乎是很長很長的，到了後來，上帝使你在母體內全然成形了，你就生產出來，那一天就算是你的生日。阿，那天你的爸爸媽媽第一次把你——我們親愛的小寶寶——抱在懷裏，真是多麼開心呀！

### 生產的痛苦與快樂

這個簡單的故事，可隨着兒童的年齡及悟性而酌予增加。到他年齡稍長了，妳不妨告訴他，在生產他時所有的危險與痛苦，但在講述時不要使他受驚嚇，而應當着重於生產後的快樂，正如聖經上所說的，『既生了孩子，就不再記念那苦楚，因爲歡喜世上生

了一個人。」（約一六章二一節）

在前段的故事裏，只提到母體的作用。在這個階段中，往往是無需乎提到父親在生育上所任的工作。在提到父親的部分之前，最好要先提花的種子及鳥蛋的故事，漸次而及於哺乳類動物。如果妳能照着我們前面的指導，向兒童講述那些故事，這樣，妳就算鋪好了一條大道，很容易向他解釋人類夫婦的結合了。

## 要 誠 實

除非是兒童發出了問題，我們往往是不必需向他詳解此問題的。但何時他既提出了問題，我們便不該巧辭閃避之。雖然我們不能用粗俗的話語來詳細說明這件神聖的事，但若是兒童問我們，他怎能是父親身體的一部分，這時我們便應當重新向他說明，並且說得更加簡潔清明：

「上帝使你成爲你父親身體的一部分和你母親身體的一部分。單是你母親一人，她不會生你；單是有你父親一人，也是不行的。在起先，你雖是母親體內子房中的一粒小卵，但你卻沒有發育，也是不能發育，直到你父親將自己體內的一粒種子放在你媽媽體內的子房裏之後，這兩粒種子就合併爲一，從此便逐漸發育生長，最後就變成你了。」



## 父母雙方合作教導

我們前面所提議的故事，是由母親來說的；這是因為她常會受到小孩子的詢問的。然而作父親的人，卻也當全然準備好，以便隨時教導兒童，像母親所作的一樣。他應當與兒童保持接觸，尋取教育他的機會。他可以用前面同樣的方法和解說來教導兒童。

### 一種信任心

關於這件事，還有一點是我們應當留意的，我們若要防免天真爛漫的小孩子把他的新知識隨口向別人亂說亂道，那麼，作母親的人就應當告訴他說，這乃是與父母之間的極大秘密，他必須與他們同守秘密，切不可向別人說出，因為許多人是還不知道此事的；並且何時他若想要多知道的話，他就可以到父母那裏來請教，他們便要告訴他。這樣，那孩子就要覺得很得意，因為他可以與父母同守一件秘密，並且能得到父母的信任去保守此項秘密。我們作父母的人，既向兒童灌輸這知識，並且保證信任他了，此後就不必勉強作更進一步的教導，只要隨時利用機會向他供給這種知識就好了。



第十課

# 建立強健的神經系

神經系的精力，是以健康的身體為基礎的。我們怎樣纔能把這重要而基本的精力賜給自己的兒童呢？雖然有很多東西是很需要的，但最要緊的根本辦法，還是在乎供給他們正常合適的食物。營養不足的兒童，常是神經衰弱的；因此，第一要緊的事，就是讓每個做母親的人要為自己的兒童預備正常合適而且營養豐富的食物，例如，水果，蔬菜，乳類，及全整的五穀之類，都是不可少的。

## 睡眠

有了正常合適的食物供給之後，還有一個主要的需要，那就是多量的睡眠。在睡眠的時候，身體上受磨折的肌肉修補起來了，同時在生長上及發育上，也都有了最迅速的進步。兒童在白天假寐的時間，能越長越有益處，甚至於九歲十歲大的孩子也是如此；

所可惜的，就是他們在此後要入學讀書，不能再多睡了。無論如何，四五歲大的兒童，在每天二十四小時中，應當睡上十二個小時纔好。到了五歲以後，每天睡眠的時間可以跟着年齡的增長而漸減。總而言之，在十歲左右的孩子，每天是至少應睡足十個小時的。

## 電 影

一個小孩子看了那緊張精神的電影之後，他的神經系所受的損害，只要從以下的一個舉例上，便可以足夠明白了。我們認識得一個母親，她的小孩子，只五歲大，他是在鄰近地方一個幼稚園中讀書。某日下午，學校中映電影，也招請幼稚園中的小孩子們去觀看。那位母親在家中一點不曉得這回事，直到事後纔有人告訴她，說她的小孩子看了電影後所受的感情刺激。他常常一回想起了電影中的悲慘情節，他便跑到坐在他旁邊的先生那裏，唏噓哀哭起來；無論人怎樣向他勸說，他還是相信那電影的故事是真的。照樣，一些比較大點的孩子也是受了銀幕上迅速變化的慘劇，陰謀，及迷人的情節等所影響。結果是神經易受刺激及不堅定，並對於道德及品格的建設上，都有了切實的毒害。

## 壞的小說

小說怎樣呢？難道在自然故事，聖經故事，及歷史與科學的故事中找不出許多有真理與有興趣的事實麼？小說也正如電影一樣，在它過於刺激人的情緒和影響人的印象之處，使兒童用盡他所積蓄的神經精力，聚精會神，連氣也不敢透一透地在那裏用心，這樣便消耗及減退了他的神經精力。如果兒童第一次所聽和所讀的故事，是關於他日常生活上有趣味的，是他所深刻注意與常常要問的事，那麼，他就要得到更大的滿意與真正的快樂了。同時在一種堅固穩定的根基上，他的教育也就會有長足的進步。

兒童的精神感官，對於真理和非真理，都會迅速地起反應。真理能使他的精神感官強壯與堅定；至於非真理的小說，卻是時常弱化他的神經。那最能堅固兒童神經系的，當無過於聖經中的故事，自然研究，道德教養，及正確的訓練。

## 訓練自己

一個學會了自治的兒童，他是會有強健的神經系的。兒童早期的訓練，就是簡單地教育他去管治自己。這種外來的管治，必須趁早，並且要有規律和有效驗。如果當他在嬰兒時代就已經開始了正常的訓練，那麼，到了三歲之後便不會有甚麼大麻煩了。

應當教導兒童順從。在必要之時，不妨聰明地施用體罰來教導他。如果刑罰用得適

當，便不必常常再用了。原來除了常常責備和吵罵之外，還有更好的辦法呢；那就是用積極的，有趣的，愉快的教訓，招請兒童的合作，及指導他避免那些徒引不快的事。

## 快樂的家庭

最要緊的，還是在乎家庭間包圍兒童的氣氛。家庭的精神好像是土壤，使兒童的精神與腦經得到發展。如果兒童在家庭中，時常呼吸到信仰，勇敢，忠心，純貞，自治的空氣，那就能使他的神經系統趨於健全堅定了。

「家庭應該是快樂謙恭和慈愛的氣象常存之處；因為這種氣象所到之處，便是幸福與和平的所在。有時家中也許難免受煩惱侵犯，然而這原是人生的意中之事。我們雖在極陰翳的日子，仍當保持忍耐感恩和仁愛的精神，使心中仍有太陽的光芒。在這樣的家庭中，就有上帝的天使來住了。」（服務真詮第三六五面）

一個兒童能在這種家庭氣氛中，那真是極有福氣的。但同時也當注意他的生活程序及規律，並供給他的發展智力的體質上的需要，纔能使他的神經日趨於強健。若要有精神力量，便應當有強健的體格相配合，這種兒童，無疑地是會滿有勇氣，對於人生的難題，必可迎刃而解，並且使那教養他的父母也得到光彩。

## 腺的缺憾

還有一件事是不得不注意的，那就是：如果一個兒童身體健康正常，但還是常常神經衰弱，容易受涼感冒，身體有些虛胖，那就應該帶他到正式醫生那裏檢查一下，看看體內分泌腺的系統是否健全。兒童的內分泌腺是常會出毛病的。正在發育的兒童，甲狀腺，分泌黏液腺，以及別的腺，對於兒童的發育與神經系統的平衡發展，是大有關係的；如果它們有了甚麼缺憾，那是會使兒童的神經精力大受阻礙的。

## 腺的養護

在診明了腺的症情之後，可照其需要，服用促進腺分泌的藥品，一面盡量解除他神經上的緊張，一面讓自然主宰去使他慢慢地恢復正常。服用補腺的藥品，有時是需要連服很長時期的。至於實際情形如何，那是要看他缺憾的程度怎樣而定。我們越能保護兒童，使他達到理想的健康標準，那麼他的腺系統也就越能早日復原。往往許多患遺尿病，常有難題，讀書不甚進步，心志不能專一的孩子，都是屬於我們剛纔所討論的這一等之中；若能帶他們到醫生那裏，作了正確的診斷和良好的養護，那是會大有幫助的。



課二十第

幾種普通的病及其治法

不管你是怎樣地細心照顧，小孩子有時還是要生病的。他們常會傷風，感冒，有時且會扁桃腺發炎，或是消化不良，腸胃作怪。此外也是很難避免那出疹，百日咳，或天花等類的病。我們的小孩，有時在早晨不想喫飯，無精打采，呼吸沉重，舌苔厚積；有時在下午睡床不起，面頰通紅，不肯起來遊玩。像這種情形，我們該怎麼辦呢？

也許在附近找不着醫生；卽或是找着了醫生，他也是不能好幾點鐘地站在那裏看候病人的。因此，無論如何，我們若是知道一些普通的療法，也許不需要醫生就可把病治好了。這些普通的療法是很簡單而且容易記憶，但卻是很重要的：

1. 停止進食
2. 若要進食，則食物應簡單
3. 多喝水
4. 休息
5. 用熱敷袱法
6. 冷罨法
7. 沐浴
8. 灌腸通便

應當讓有病的小孩子睡在安靜而涼爽的地方，使他容易安睡。不讓別的小孩到他那裏去。切不可勉強一個有病的孩子喫東西。要常給他喝水。如果他沒有吐或瀉，便可以給他喫一點流質的食物，像果子汁或煮開的牛奶等。如果他有吐或瀉，就不可給他喫甚麼食物，只可給他水喝。如果孩子的大便不暢通，就可以給他作灌腸通便。如果他的熱度很高，並且是不安息，就當給他行冷水海棉浴，使他舒服些。如果他有抽筋痙攣，就可以給他包纏發熱濕布。

## 家庭醫藥設備

每一個家庭中都當有一些普通治療用的設備；即使是這一家人是始終用不着這些物件，但有時也可以借給鄰居用一用也是很好的。在這些普通治療用品上最需要的，就是作熱敷用的絨布和灌腸器具。在家庭中切不可缺少那些敷治外傷的藥品，例如：一瓶碘酒，一罐硼酸粉，一些藥棉，綳帶，和膠布。百分之十的阿久羅 (Aristol)，對於治療喉嚨疹，及滴治發炎的眼睛，都是有奇效的，但可惜此藥不能貯留太久，因為它的藥性是會漸漸消失掉的。此外還有氯化鋅油膏 (Zinc Oxide Ointment)，石炭酸凡士林 (Carbolized Vaseline)，普通的凡士林，樟腦油 (Camphorated Oil)，火酒，薄荷粉



(Menthol Crystals)，有加利油 (Eucalyptus Oil)，荷葉 (Unguentine)，這些藥品都可從西藥房裏買到，放在家庭藥箱中，對於普通疾病的治療，都是很有用處的。

## 胃痛

胃痛或是肚子痛，第一要緊的辦法就是禁止進食，如果小孩子胃痛，切不可給他食物喫，讓他餓一頓。這種挨餓也許是唯一的治法。有時甚至於不要提起給他水喝。除了禁食之外的第二個辦法，就是給他灌腸，慢慢地給他灌進半升多的水到腸裏。灌進去的水要溫暖，約一百度左右，並放一調羹的鹽進去。這種治法在禁食之後執行尤見偉效。

有時用亞麻仁子 (Flaxseed) 灌腸，是比普通的灌腸更好，尤其是在肚子痛，或是灌進去的水不容易泄瀉出來的時候爲然。亞麻仁子灌腸的方法是這樣：放兩三調羹的亞麻仁子在一升多的水中，煮幾分鐘，直到它發黏，然後把種子瀘出，只用那黏液。如果那黏液太濃，可加一些水進去，以便容易通過那灌腸器官。這種灌腸的水應當是熱的。

## 熱敷袂法

作熱敷袂用的布最好是能用絨氈製成的，但若是沒有絨氈，只好用有毛的絨布了。

每塊布約三尺見方，或三尺寬三尺半長。這樣的布應備三四塊左右。若  
 是用絨氈製的，只要把一條絨氈截成四方塊或六方塊，便很好用了。用  
 時把布摺成長條，執其兩端，浸入沸水中，待其浸透後，即將兩端各向  
 一方力絞，像絞成繩索一樣，絞緊後，可自水中舉起，同時各向一端拉  
 之使直，這樣那布可絞乾了。但拉時要小心，以免熱水滴到鍋外。絞乾  
 後可釋其一端，使該布自行鬆展，然後平攤在另一塊乾絨布上，再急速  
 包上摺妥，這樣，那熱濕布與其被敷之該處皮面，只相隔一層而已。若  
 該布過熱，可再用乾毛巾一條暫時置在其下，至熱敷後稍涼後即移去，  
 或由看護病人者的手放在其下，輕輕拍之，亦可使病人易於忍受，而防  
 免皮膚之被炙傷。但此種熱敷法，欲其功效佳良，必須使之與皮膚緊貼  
 至約三四分鐘之久，待病人覺舒適時，即當重新更換之。如是，可相繼  
 更換至四次，事畢再用冷水或火酒敷擦皮膚而拭乾之。這種療法有效  
 時，皮膚上會顯紅色的。若所患者為慢性炎症，則當每次更換熱敷後  
 時，當可用冷濕布或冰塊在患處急速擦之，甚為有益。這種水療法不但  
 無害，而且對於各種疼痛都有奇效的。萬一疼痛仍不稍止，那只好去請



教醫生了。

## 嘔吐

一個小孩子在疲倦的時候，生氣的時候，或受驚或太興奮的時候，喫得太飽，胃裏便不能消化。人的身體爲要除掉不能消化的物質，就用上了嘔吐的辦法了。這種嘔吐是不利害的；只要等到胃裏東西嘔吐一空，毛病也就好了。

一個小孩子若是嘔吐不止一次，大人就應當使他安靜，不要亂動，給他行灌腸，給他喝水，但卻不要給他喫食物或喫藥。

給他行熱敷祓法。有時或者用冷布敷在胃口上，也許是會比熱布更能幫助他減輕惡心的難過。若能熱冷兩種辦法都用，那也是很有益處的，例如；在腹部用熱敷祓法，在胃口上用小塊冷布貼着。或是作熱敷祓三分鐘後，接連着作冷祓法半分鐘。或是在背上作熱敷祓，而在胃口上貼冷布。或是在喉部包冷布，腹上或作熱敷祓或不作都可以。

如果嘔吐單是由於不消化而起的，那麼讓他挨餓一兩頓，或是兼作一次灌腸，就足夠治好了。但有時嘔吐也許是別種疾病的症狀初徵，所以也不得不細加注意的。如果行了以上的治療方法後，還是嘔吐不止，那就應當去找醫生。

## 泄 瀉

泄瀉的重要治法，是作一個很熱的灌腸法，甚至於在華氏表一百零五度左右。每半升水裏最好能加進一調羹的鹽。若是能作亞麻仁子灌腸，那是對於泄瀉症更著成效的，禁止他食硬質食物一兩頓，並且不要喝冷水。每兩小時至四小時中，給他喝一兩杯煮開過的牛奶。或是喫稠一點的飯湯及麥片粥也好。

煮麥片粥時，可讓麥片先煮爛，再兌進一點牛奶就好了。此外如烤山芋，糊湯，烤乾糖也是可以喫的。如果他的泄瀉是由於受涼或別的傳染病所併發，那麼在他飯食的時候給他喝一些橘子水，那是很有幫助的，若在腹部作熱敷，亦有大補助的，如果瀉得很利害，並且在治療後還是不停止，就應當去請醫生來診視。

## 便 秘

這是普通常見的毛病，平常多一半是慢性的，小孩子患了便秘的病，也許是喫的水果及青菜不夠而起。在喫早飯和晚飯的時候，應當多給他喫水果，不論是生的或是煮熟的都可以。若是可能的話，在兩餐之間要給他喝一些果子汁。橘子水對於大腸便秘的病

真是一劑好藥。我們的小孩子，每天要多給他水喝，至少要喝三杯，此外給他喫粗飯粗菜，那是會使腸胃大起活動的。油要喫得少，瀉藥更是不要亂服。

### 食慾不振

這意思就是說小孩子不想喫飯。他來到飯桌前，肚子也不餓，不想喫食物，或是只喝一點水，喫點水果就夠了。雖然這樣，卻也不要堅執要他喫東西，但乃是要注意他，非至下一頓喫飯的時候，就不要給他喫任何食物。如果到了第二頓，他還是不餓，那就只好讓他喝果子汁，直到他恢復了胃口，其間也許要經過二十四至二十六小時之久。這種食慾不振的病，有時也許是由於甚麼系統受阻滯而起，例如，舌苔厚，呼吸重，眼睛無神，耳朵不靈，以及大便秘結等。

有些孩子的食慾不振是由於習慣不良而起的，但他們的母親還在那裏抱怨他們爲甚麼不喫飯呢。像這一類的毛病，只要每廿四小時給他喝一杯果子汁，就可以有奇效了。在廿四小時之後，食慾也許就要恢復正常了。因此，如果你的孩子不想喫飯，你就不應該去勉強他，只讓他喝水和果子汁就好了。果子汁能疏通腸胃，是血液的鹹化者，能供給維他命，並且是最得心應手的妙藥。

千萬要記牢，小孩子若在兩餐之間喫零食，那是要破壞他的食慾的。若能在兩餐之間不許他亂喫東西，那麼他就要挨餓，到了下一頓喫飯時就會好好地喫了。

## 受涼感冒

在患急性傷風的時候，飲食應極清淡而簡單。給他多多喝水，並每日注意他的大便是否暢通。若能安睡在床上二十四小時，那是能使傷風早日痊癒的。如果他的食慾不振，可在每一兩個鐘頭給他喝橘子汁或蕃茄汁，別的食物可以不必給他喫。

在臨睡之前或別的時候，給他行熱水沐浴，那是很有益的。室內的溫度要高些。沐浴用的熱水要浸過他的腿和臀部，直到皮膚起紅色。需用的時間約五至十分鐘，一洗完就接着快地用冷水澆一澆，即刻擦乾就寢。這些辦法可以連行兩三天，那是會減輕傷風的重症的。若小孩子似乎是有普通患病的症狀，或是在受涼之中還有發燒，那麼在洗完時，可以不必澆冷水，只好立即把他包裹好上牀，盡量使他能出一場大汗纔好。

這種治法是很有益的，對於受涼感冒而起的各種疾病，如：頭痛，喉嚨痛，扁桃腺發炎，喉頭炎或氣管支炎，甚至於各種兒童病症：出疹，百日咳之類，都是有效的。如果小孩子顯出病很重，或者他的傷風乃是別種疾病的併發症狀，那麼就應當去請醫生來

診視。須記得，有些危險的疾病，如白喉症等，在開頭的時候，看來似乎是傷風受涼一樣，你若用治傷風的辦法，那是極危險的，他的生命是否有救，全在乎是否及時注射抗毒素。所以在小孩有病的時候，最安全的辦法，還是先請醫生作一個正確的診斷纔好。

## 耳 痛

耳痛是傷風或其他小兒病——如猩紅熱，出疹之類——的常見症狀之一。它是中耳發炎的結果，有時也許是會起膿腫，甚或會把鼓膜戳破的。如果疏忽不理，發炎會蔓延到重要的部分而起嚴重的後果，就如乳頭狀的膿腫，即其一例。因此，如果小孩一有耳痛，若是普通的療法是治不好，那麼就應當立即去報告醫生。

耳痛的普通治療法：就是點滴溫熱的甘油（油中可兌進百分之十的石炭酸）到耳中。有一個很好的藥方如下：十滴百分之十的石炭酸；兩調羹的火酒；再加上甘油，總共約有一兩左右。可將前面的藥液滴進耳中，每隔一短時間再滴一回，直到把耳痛治好了。這藥液是比普通所用的油更好，它會使耳朵裏清潔，並不會使耳朵發炎。另外再在耳部行熱敷，也可減輕耳痛，還有熱水浴，（熱到他的腿和臀的膚色發紅，）也是有益的，若是能在耳部用熱布貼一貼，那自是更好的了。



第三十課

幾種普通的病及其治法  
(續)

「一切做父母的人，都可以深切研疾病的服侍，防禦，和治療的方法；尤其是做母親的，在家人患普通的病症時，不可不明看護之法。她應當知道怎樣照料她有病的孩子。」（服務真詮第三八五面）

喘 咳

喘咳有二種：一種是簡單的痙攣性的；另一種是嚴重性的喉頭炎。那簡單的痙攣性的喘咳，往往是在臨睡前或半夜時突然間發作的，那時他的呼吸有聲，咳嗽，並且呼吸困難。這種病也許是由於受驚而起，同時他受驚越甚，病狀也就越多。這病狀往往要繼續兩三個晚上，因為多半小孩子有了一次之後，總是還會再發數次的。

要救治這種呼吸困難及減輕咳嗽之嚴重性起見，必須把小孩子放在頗溫暖的房間裏



（約在華氏六十五至七十度左右），同時也要注意室內的空氣要流通。室內的空氣不但要熱，也是要有潮氣。在爐上的蒸氣壺中，投一些薄荷片，或幾滴安息香酒，這對於治病的效能上往往是大有助益的。年紀較大一些的孩子，或可倒一杯熱水，水中化以上述之藥物，使他直接地對着杯子吸收其蒸氣，那是很有成效的。

### 喉痛及氣管支炎

幼小一點的小孩子很少會因喉嚨痛而發怨言的，甚至於在喉嚨發炎了，他還不肯說呢；然而一個小孩子若是喉嚨發炎了，他也許是會嘔吐，或拒絕進食，或發燒的。

治喉痛的有效方法，是在喉部及上胸部作熱敷十至十五分鐘，或是到了皮膚發紅為度。作完了熱敷之後，應當接着用冷布把喉部包妥過夜。治支氣管支炎亦可在胸部上行此方法；先作熱敷十至十五分鐘，繼用冷布摩擦，後再包冷布過夜。在冷布之外層應當用溫暖的毛巾包蓋好。至於所用的冷布則應當把濕水絞盡，不要有水留在布上，免得出了毛病而前功盡廢。在許多的病症中，最好是先用樟腦油或有加利油塗抹，然後再用乾的冷布包妥，其用意是要使胸部在全夜裏常保舒適及溫暖。到了早晨要揭開的時候，要用冷水把胸部（甚或全身）施以輕快的摩擦，那是很有益處的。對於小孩子，在

這種療法使皮膚緋紅並覺得全身溫暖之後，就可以讓他休息了。

## 發 燒

小孩子若是發燒，不論他是否有傷風受涼的病徵，最妙的辦法就是給他洗一個熱水澡，然後用溫水沖淨，抹乾後睡在床上去出汗。若是能在入浴之前，先作一個溫水灌腸，那往往是很有益的。在廿四小時之內，他的食物應當以果子汁開水爲限。如果發燒一直不退，那就應該去找醫生來診治。

## 頭 痛

如果你有證據證明小孩子的頭痛是由於消化系不良而起，那麼你可用灌腸法，及喫水果汁以代平常的固體食物，這往往是很奏效的，並且此後的兩三頓食物也當以簡單爲主。一個熱水浴或可治愈頭痛，若是一再地頭痛個不停，那就應該請醫生作一度詳細的檢查。頭痛病的復發，往往是表明了神經系統中有些毛病，所以應當設法延醫診治，並增強其體健，是爲至要。

## 腿 痛

一般人都把小孩子的腿痛病認爲是「發育長大時所必有」的疼痛，「但我們卻是不應當太輕看此病；因爲也許這是由於非常的運動，不合適的鞋子，足面扁平，膝蓋受打擊，或很慢性的風濕症而起呢，所以我們不應加以忽視。」

治腿痛的辦法，是把足和腿泡在能忍受得住的熱水裏，或是給他洗一個熱水浴，接着照常冷毛巾抹乾淨。或許他需要多睡一點覺，並減少一些興奮和緊張的遊戲，腿痛

## 牙 痛

小孩子有了牙痛之後，切不可忘記去見牙醫生；如果在牙痛之前還沒有見過牙醫，那麼此時尤其是應當去了。

## 體 重 不 足

體重不足及氣色不佳，那是應當多休息，多吃水果，青菜，乳類，多作日光浴，以

及小心的冷水浴。不可讓他作太活潑的運動。每禮拜要過秤一次，直到復原之後，至少還得每月一次。

## 流鼻血

流鼻血的毛病，平常多半用冷布敷鼻子及用力壓住鼻孔邊上的骨頭，便可止住了。把頭向上仰，用冰或冷水放在後頸上，有時可用冷水放在手腕上，都是很見效的。一個小孩子若是流鼻血很嚴重，就應當使他安靜躺下，不要讓他活動，以免再流出來。

## 瘡 癤

小孩子生了瘡癤，第一步是給他塗上碘酒，只好塗一次，並且不要包起來，以免會生起小水泡來。如果那瘡癤越是疼痛，便可用一塊藥棉，蘸一蘸硼酸水，擰乾後，貼在瘡癤上，並把瘡癤的外圍一些地方也貼上，然後蓋上一張蠟紙，再用膠布貼住，這種辦法，一面略可止痛，一面也可使瘡癤生出膿頭來。

有時或可敷上亞麻仁油劑。常用冷熱交替敷，是很有益的。若是瘡癤生在手足或

其他能泡在水中的部分，則可預備冷水及熱水各一桶，先將患部泡在熱水中兩三分鐘，

後再泡進冷水中一會兒；這樣交替地泡在冷熱水中數次，在臨終一次可用冷水結束之。這種治法，如果不便泡水時，亦可用冷布和熱布來行之。

## 灼傷

用蘇打水洗滌傷處，或敷以蘇打膏，或用冷濕布敷其上。加龍油（即石灰水與亞麻仁油之等量混和物）是很好的敷劑。有時，清潔的凡士林，或石炭酸油亦可敷用。

若是傷狀很輕微，呈紅色，則可敷以蘇打膏（即蘇打與水攪成糊液），或用分量相等的麵粉和麪製糊，塗抹後以綳帶包好。如果傷狀很嚴重，起水泡，而範圍也不很大，便可從邊上挑破水泡，使水流出，再用苦味酸（Picric Acid）來使皮膚結實並促其復原。對於灼傷之起水泡或更重情狀時，最有成效的藥物乃是金盞草膏（Marigold Ointment）。此藥各大藥房均有售，在各家庭是應當購備的。切不可用去脂之藥棉，以免黏住傷處。

## 皮膚癢

氧化鋅膏（Zinc Oxide Ointment）及客羅米水（Calamine lotion），對於皮膚紅癢病是有特效的。在飲食方面要簡單，少喫脂肪及甜食。

小孩子在學校裏，有時會生疥，癬，或是皮膚上有寄生蟲而發炎。對於這些病的特效藥是硫磺膏，但在配藥前應得醫生之指導方好。

## 遺 尿

遺尿乃是一種惱人的討厭的惡習，但它卻很少是小孩子體弱或有病的徵象。運用水療法，包含冷水浴在內，以及在飲食上要注意，這是很重要的。每日下午四時以後，應當限制他所喝的水量及液體食物。注意小孩遺尿的時間，並在此時間之前叫他起床小便。從一般遺尿的孩子看來，多半是容易在睡後兩三點鐘時開始的；因此，我們便當在他入睡後一點鐘，叫他起來小便，及至過了一兩個鐘頭，可再叫他起來小便一次，此後全夜就可大半無事了。要治遺尿病，也當從神經管理上注意；要細心地研究他日常生活程序表，建設他的神經系健全，這是很重要的治法，可矯治此惡習的。

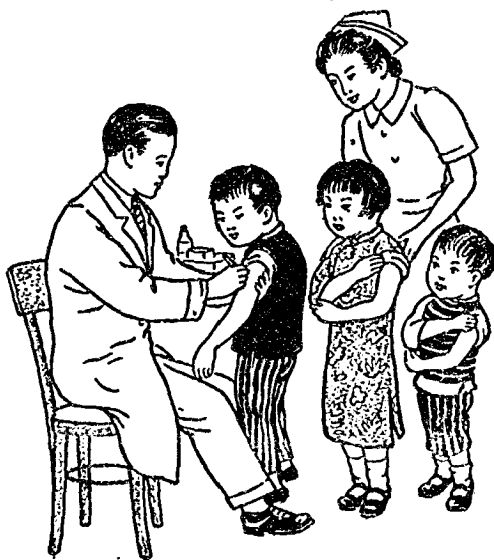
常常設法使小孩子具有獨立自尊的精神。給他畫一個表格，每天早晨若是被褥清潔乾燥，則在表格貼上一個金星為賞，這是很有效的。多鼓勵小孩子在醒的時候，要自己去便所裏小便。不可刑罰他。要用鼓勵及有效的訓練法去幫助他。

## 水痘

水痘乃是一種普通的毛病，並是常被人不大重視的。雖然這樣，但有時也許會併發起各種嚴重的病症來。有些人認水痘爲無危險，遂不注意之，但有時竟誤認天花爲水痘而加以忽視，那就大有危險了。因此，我們在小孩子患了水痘一類的病時，便應該延醫診視，這是很要緊的。再者，除了普通傷風病之外，若有了何種傳染病發生，便應當去向衛生當局報告，以便設法防範染及他人，這是很必需的。

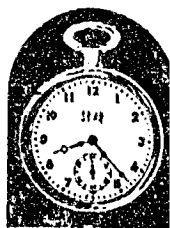
## 健康管理

父母若能日夜注意兒童的衛生管理，使他有正常的健康，那麼就可使小孩子免掉許



多的兒童期的疾病與痛苦。你且試試看，便可見到實施衛生健康管理之後，兒童是無災無病，多麼地快樂自由阿！即使是他得了一些疾病，像出疹，腥紅熱等類，但因你的健康管理得法，那麼病症也就不至於更嚴重，且不會併發別的病了。雖然這樣，但我們對於各種疾病的預防，也不可予以輕視。如果你的孩子已經三四歲了，還沒有施過疾病預防，那就應該趕速下手，例如，白喉抗毒素針，腥紅熱預防針，及種牛痘等；前二種為簡單的注射，既不痛又無反應，但後一種的種痘，卻會使胳膊酸疼幾天，但在現代的消毒防腐手續之下，種痘是毫無危險的，而其對於兒童自己及鄰里兒童的健康上，卻有無可估計的價值。所以我們應當常常帶小孩子到醫生或衛生機關去檢視健康，並作各種預防疾病的預備，那是很有助益的。





第四十課

家庭中的秩序

「凡事都要規規矩矩地按着次序行。」「因為上帝不是叫人混亂，乃是叫人安靜。」

——林前二四章四〇，三三節

宇宙間的秩序

上天所造的工作，都有完美的秩序；整個的宇宙按着一定的計畫造成的，並且是按着一定的程序而運用。太空中的萬千世界，各在自己的軌道上行動，準時不差分毫。季候的嬗遞，晝夜的出沒，都是有條不紊及不急亂的。上帝使太陽早晨出來，祂使植物每一年生長，供給人類和動物為口糧。這一切都是表明出宇宙間是有秩序的。

商業上的秩序

商業上若沒有秩序，怎能進行呢？如果經理沒有一定的辦公時間，他所僱用的職員也不按時候；如果他隨便要在九點，或十一點，或三點纔來，他的書記和職員也是各隨其意，而高興在甚麼時候就甚麼時候來；如果他所委派的工作也是雜亂不妥當；如果他沒有甚麼保藏的箱櫃來保留顧客來往的信件；請問他的商業能進行到多久呢？爲甚麼不能發達和持久呢？我們都曉得，他若要商業發達，就必須準時辦公，保存一切紀錄，並使自己與職工都能按規矩，有組織有次序地去進行纔可以呢。

## 學校中的秩序

一個學校若是沒有秩序，那真是不堪設想啦！如果教員說這樣的話，『好吧，各位親愛的學生，你們若是喜歡回去，就回去了，明天有功夫的時候再來；如果明天來的人數夠多了，我們就可以上一課地理，或是算術，或是背一首詩。』如果學校中下課休息的時間，沒有一定的時刻，今天是幾分鐘，明天是一兩點鐘；如果教員只曉得埋頭在學生的分數本上，對於學生只是張三李四隨便地瞎猜；請問這樣沒有秩序的學校，還能成爲學校麼？你若不是趕快把這樣的教員調換了，那只有讓學校散漫得不復成爲學校了。

## 家庭更需要秩序

家庭乃是世界上最大的商店和最大的學校。可惜有許多許許多的家庭沒有甚麼秩序，亂七八糟，很不像樣。像這種家庭中的人，在生活上真是艱苦麻煩極了。他們一天到晚忙頭忙腦，作不出甚麼事來。他們總是這樣地嘆氣說：『我實在不能教導孩子；我真沒有功夫！』『唉，我的寶貝，你不會要我讀這些書吧，你看我是多麼忙阿！』『你想我能放下事情，來和小孩子們玩一玩麼？真是天曉得！我想你大概總不曉得我家裏的事是多麼忙啦！我那有功夫去和他們玩呢？』

## 不是沒有功夫，乃是沒有計畫

不錯，有些母親確實是比別的人更忙，也有些是比別人更清閒；然而從普通實在的情形上說來，許多以為自己是沒有功夫的人，也就是那些家庭中沒有秩序的人。家庭中的秩序，對於家庭中的教化，教育，及休養娛樂等，都確實是有了奇妙的補助。秩序之於家庭，乃是根本上的需要。我們若想要在訓練兒童的事上得到果效，那就必須在我們的生活上有規律，把時間分配好，能夠權衡輕重，先後辦理各種事務。

最要緊的，就是應當預備一個日常生活時刻表。每一個家庭必須有自己的時刻表。你不能替我計畫，我也不能代你按排；不過我們可以彼此商量討論，把日常生活的普通事情列出綱目來，至於其他的詳情細節，那只好讓各人自己去支配了。

### 家康日常生活時刻表

上午

起床	六時
個人靈修	六時二十分
預備早餐	六時半
家庭禮拜	七時
早餐進食	七時十分
家務處理	七時三刻至十二時
兒童入學	八時三刻
嬰孩假寐	十時

下午

午餐	十二時一刻
工作	一時
母子休息	二時
讀書，休養	三時
煮飯	五時半
晚餐	六時
零碎工作	六時半
家庭禮拜	七時
圍坐讀書或講故事	七時十分
兒童就寢	七時廿分
大人入睡	九時半

## 睡眠

關於這個時刻表，不能刻板一律，各個家庭自可斟酌情形，變通處理。前面的表中提到起床的時間是早晨六時，這個時間對於有一些人也許是太遲一點，但對於每一個正常健康的人，我想他們一定也是不會以這個時間為太早吧。盼望各位能按着需要而變通，總要顧慮到一家中的人都能睡足纔好。因為每個人的癖氣和健康各自不同，所以各人睡眠的時間自然亦有所差異；但平均上說來，成人睡九小時；成年前的兒童，九至十一小時；嬰兒的睡眠時間，自應另立一特別時間表以支配之。二歲至五歲的兒童，每天應當有一次或兩次的假寐。在空氣清新的地方睡上一小會兒，那自然是比在悶房子裏睡上一大會兒更好得多了。

## 餐食

如果可能的話，最好能把最難消化的一頓飯放在中午喫，因為若是在晚間喫，那是會使人不得休息的。前面的時刻表，就是根據此計畫而定的；但如果你需要更動這個計畫，那麼你也許可以把讀書和休養的時間改在上午，那是比在下午更好的。

## 特別工作

做母親的人若是事事都是自己動手，沒有僱用傭人幫忙，那麼她在一週之中，總是有幾天是特別忙的，要忙着洗衣服，燙衣服，以及縫製衣服等。但無論如何，她若能把時間好好地分配，她就可以把繁重的工作按排平均，不至於有一兩天太勞頓或是一兩天太清閒，同時還可以騰出時間來讀書研究和休息舒暢。

家庭生活的時刻表，用不着那麼嚴密得像學校，公事房，或公司裏的時刻表一樣。家庭生活時刻表中，只關係着幾個人的生活，所以它是很容易地被修改，並且有時因特別情形而可以不必遵守它。但這種暫時不遵守的辦法，只能作為例外，而不應作為一個常例。守時刻與守規矩乃是極重要的，它不但使人節省時間及善用時間，同時它對於人腦經中的習慣，卻是有深刻的影響，更是使人在人生事業的成功上得大補助。一個沒有規矩的家庭，將要使兒童的腦經散漫而力量薄弱；但一個秩序井然的家庭，卻是培養兒童成為未來的主人翁的。

## 敏捷

我們的時間不但要用一個時刻表來排列起來，同時我們也是要善用時間。我們若是在所作的事上遷延緩慢，或是讓小孩子也學會了慢吞吞的習慣，那真是糟糕了。我們應當根據經驗而估定作某一件事是要用多少時間，然後就要在那時限中完成它；我們應當用理智來教導兒童也要這樣作。雖然我們不能希望小孩子作事能像大人所作的那麼快，但我們卻應當鼓勵他去達到他所能達的標準。不要催趕，不要吵罵，但乃是要鼓勵他，使他以成功自豪，有時或可用特別的獎勵或是給他一臂之助，使他感到作事敏捷的快樂。你應當研究怎樣使你的孩子和你自己在一切的工作上能夠作得又快又好。這樣，便可以從每天的事務上省出不少的時間，以便用來從事別的有益的事。

## 秩序

每一件東西都應當照着合理的秩序按放。雖然我們不能使家庭在每一分鐘裏都是整潔有秩序的，但至少的限度，也不應讓它亂七八糟到太不成樣子。這種整理家庭的工作，決不可全部負在母親的身上；如果是那樣，那麼她在處理家務上，可以說是錯了一着。一個人若是沒有受過母親的訓練，不曉得怎樣幫忙整理家庭，那麼這個人在成家立室的候，的確是很難對付的。雖然這樣，但那與他同居的妻子若是一個機警精明的主

婦，那麼她還是可以培養他有了守秩序的習慣。妻子得了丈夫的幫助，就必需訓練兒女整理他們自己的衣履及臥室，並且按派他們忠心地去盡家庭中的各種本分。

### 愛惜光陰

『各物按置有方，用畢各放原處。』這種愛惜光陰的格言，是永不變其價值的。要養成這種習慣，那是要從小下手纔行。例如，阿德放學回家一進門來，就把帽子丟在椅子上，跑出去玩了；還有阿珍一回來，把書本，眼鏡等往廚房的桌子上一擱，就跑上樓去了。這時你不要吵罵他們，只要平心靜氣地堅勸他們把各件東西放在正當的地方。這樣，在第二天上學的時候，就不至於東忙西亂，這裏找找那裏找找，而啼哭似地問說：『媽媽，我的帽子呢？我昨天晚上放在椅子上現在不見了。』『媽媽，妳可見到我的眼鏡嗎？我現在沒有眼鏡甚麼也看不清啦。』『媽媽，我的算學書呢？』『媽媽！媽媽！我怎麼辦呢？』要養成物歸原處而節省光陰的好習慣，的確是很費功夫去教導的；但那教導所用的功夫，若拿來和不教導的結果相比較，還是相差得遠呢！

### 院內整潔



院內的各種物件，應當按次序放好，園裏和倉裏的東西，也當放歸原處。院宇之內就是父親的朝廷，他要管理一切。廊道要清潔而平坦，沒有甚麼碎紙，空罐子，或其他廢物。各種工具都有合適的地方掛起來，誰拿去用，誰就當負責在用後掛回原處。有時或可在全家聚會的時候，把那粗心大意不把物件歸還原處的人提出來，施以合適的處罰，這樣或可使全家的人都要小心守規矩，並把那亂用亂丟的毛病革除掉。

## 遵守規矩

在家庭中應當守規矩，這是極重要的，尤其是在喫飯的事上，應當有規矩。許多小學生的身體不健康，大半是由於在家中有了狼吞虎嚥貪食多食的不良習慣所致。現今有許多多的家庭，讓兒童在飲食上有了不好的習慣，並且在晚上也是睡得很晚，結果便使兒童身體衰弱，常有各種的疾病。

## 家庭禮拜

家庭生活時刻表上最重要的時間，就是那與上帝獨自相親及全家聚集禮拜的時間。『人活着，不是單靠食物。』我們若要保持體力，那是必須有規矩地進食；照樣，我們

若要保持靈性上的力量，那也就非靠着每日吸取聖經靈糧不爲功。

一個家庭若能有規矩地聚會禮拜，正如同喫飯睡覺有規矩一樣，那麼它的永遠感化力之價值，有誰能估計得出呢？若能正當地主領查經祈禱的時間，則父母與兒童兩方面都可得到聖靈的感化，這是比學校裏的倫理教訓及書本上的各種教育更有功效呢！這種尊敬聚會的習慣，乃是一種力量，要在人生的各種經驗上爲嚮導。恭敬的心，乃是高尚品格的主要基礎。





第五十課

教導勤勉

一個正常的兒童，原是有勤勉的天性的。小孩子多半是活潑的，滿有精力的，我們所應當作的，就是去指導他們善用此種精力，以致他們既有興趣，又有益處。我們應當記牢，不但是等到小孩子成人之後纔需要勤勉，反之，卻應當在眼前幼小的時候，就必需教導他們勤勉，使他們以勤勉為樂。因為他們能從勤勉的美德中得到快樂，並成為有用的人才，所以我們便應當從小教導他們要勤勉。

何時開始？

兒童在多麼早的時候就可以開始學習勤勉呢？回答是，何時他一能作事，就應當教他以此美德。兒童是善於模仿的，他看見父母作的事，自己也就愛下手作。這就是作父母者的好機會，要好好地利用他這種本能。讓他的手幫忙你作事。在他初次盡力幫忙

你作事的時候，你應當忍耐注意，並且要指導他運用那未經訓練的手指，直到他能靈巧地操作。

### 訓練開始

小孩子最初要學習的事，就是要留心他自己的玩具。當他在地板上玩了積木之後，應當使他知道自己對於那些玩具要負責。那些玩具是屬於他自己的物件。在玩了之後，必須把它們收拾在玩具箱裏，放還原處。在開頭的時候，母親必須幫助他收拾。直到他明白這到底是怎麼一回事，並曉得父母所希望於他的是甚麼。此外，他若對於此事不大留心，大人便不應該常常原諒他，總要設法使他要養成好習慣。

到了他更大一點的時候，他就應該學習留心自己的衣服，要把睡衣好好地掛在衣架的鈎上，到了後來，還要學習自己穿衣服。若能好好地教導他，合理地稱讚他，他就要覺得快樂高興，並且以自己盡責及有能幹而自豪。

### 幫忙作事

家庭中有許多的小事，只要合乎小孩子的年齡與才幹，他是會幫忙做的。如果你要

教導他喜愛勤勉，就不應該存着強硬態度和聲音去迫他作事，以致使他看作事是一種苦悶；反之，卻應當用巧妙的話來請求他，使他以作完事情為自豪，並以能擔任父母的助手為喜樂，例如這樣說：『漢蔚要把這一盤豆子端過去給隔壁的李師母嗎？他一定會跌倒的；他現在真是一個大孩子了，你看他會給媽媽幫忙不少哩！』『我曉得漢蔚現在就要幫忙媽媽的。現在快到喫飯的時候了。你看她會把碗和筷子排得好好的，你看，這裏一雙，那裏一雙，排得這麼好看，她肯給媽媽作幫手，我們是不必僱用傭人啦！』我們對於分派小孩子作的事，在起初的時候要小而輕省；切不可給他作太多太累了。更要記得，若要維持他作事的興趣，最要緊的條件，就是你自己要與他作伴，同他合作。他是要同你一起作事，並且是要你在旁邊看他怎樣地幫你的忙。

懷夫人在教師勉言第一二二面上告訴我們：『在家庭學校中，應當教導兒童實行日常生活中的切實本分。在他們還是幼小的時候，母親應當每天給他們一些簡單的事情去作。在教導兒童時所費去的功夫，也



許是比她自己去作時所費的更多；但她卻應當記着，這乃是在他們品格的建設上，安置下互助的根基呢！她也當記着，家庭乃是一所學校，她自己就是這校中的首席教師。她的工作就是要教導兒童怎樣能敏捷而巧妙地執行家庭中的各種本分。應當盡量在幼小的時候訓練他們分擔家庭的責任。男女兒童應當在年幼時受教導，俾能逐漸地負擔更重的責任，聰明地襄助家庭間的工作。」

## 一個目標

小孩的年齡不同，他們的發育程度也不一律，但從大體上說來，八歲到十歲大的小孩是應當會作以下各事的。

關於女孩子方面：她會自己整理儀容，掃地，簡單的烹飪，縫衣服，培植花草及菜蔬，餵養雞狗和各種家畜。

關於男孩子方面：他要能整理自己的衣冠，清理房間，幫助家計，修理庭園，餵養家畜，會操用木工及其他的手工具。

忍耐

作父母的爲甚麼常常不讓小孩子在廚房或庭園裏給大人幫忙呢？也許是因爲小孩子的慢手慢腳，會把事情弄糟，所以不讓他們下手吧。然而小孩子一相情願地要爲父母幫忙，這種好意你怎能不予以尊重呢？因此，我們應當在日常生活中心計畫出一部分的時間來，指導他們的小手小腳去作一點小事。在煮飯的時候，在修理庭園的時候，不妨多費一點功夫，指導訓練他們的小腦小手去活動。應當訓練他們的頭腦，並訓練他們的手能服從頭腦的指揮，怎樣端盤子，怎樣擲麵，怎樣撒種，和怎樣用鋤。應當忍耐地把方法指示他們，並且在他們進行得出了岔錯的時候，還要忍耐地矯正他們。不忍耐，暴躁，吵罵，都是會使你的一切努力付諸東流的，此外還會在他的柔弱的心靈上，也印下了不忍耐的壞品性呢。一片愛心能使你生忍耐；並且你在忍耐之中，纔能教導他們學忍耐。千萬不要讓他們聽見你說這樣的話，「這幫小孩真是害多益少！」

## 透 察

透察小孩子心中的意思和他的困難，這種工作是必需的。第一要緊的原則，就是要引導他去作他所喜歡的事。作母親的人，應當省察小孩子所最喜愛的是甚麼，然後纔能指引他快樂地去實行勤勉。

同時，母親也應當設法省察小孩子對於某一些事物到底爲甚麼不喜歡。她切不可說出這樣的話來：「我不懂你爲甚麼不喜歡它，當我作小姑娘的時候怎樣怎樣。」也許他在有些事上，使妳感到莫明其妙了，但妳却不可在他面前顯出那種不耐煩的態度，更是不可拒絕他或巧避他；反而要研究他，透察他的心情，請求他的信任；因爲惟有藉着認識那困難的原因，和與妳孩子受激動的腦經表同情，然後妳纔能幫助他勝過困難，或是用一種更好的活動來代替他那不好的動作。

## 不要過累

小孩子在身體上很累了，那是沒有甚麼大害，有時且是有益於他。他每天應當玩得很累，在晚上纔能酣睡。但我們卻當記着，小孩子是不能一直活動得那麼長久像成年人一樣。應當常常給他一些變換，改一改他的興趣和活動。因此，在你分派工作的時候，應當按着他的能幹本事而修正，使他在略感疲倦或興趣稍減的時候，有一會兒的休息。

## 把事情作完

最後還要教導小孩子對於他所下手作的事都要作完，在各種事上都要有頭有尾。爲



此緣故，所以你在按排他工作的時候，應當斟酌他的精力能幹，不要把他作了又幹不完的事給他去作。更要緊的，就是要常給他一些小事情作，那是比給他甚麼大事情，以致他半途而廢是更好得多了。

## 報 酬

上帝對於我們的勞苦工作是給報酬的。因此，我們在教導兒童學習勤勉的事上，也應當實行此種原理。當我們在耕種的時候與上帝合作，祂就賜給我們果實收成爲報酬。祂給我們今生的報酬。祂並沒有這樣說，『阿，我賜你生命，你竟沒有盡力勞作，你是欠我許許多多了；現在起你要努力作工，不要想在這一兩年中能得甚麼收成，但到了將來，在天上，我要給你永生的。』祂乃是這樣說，『你若耕地，撒種，並栽培五穀，我就要賜給你麥子，山芋，瓜果，棉花，以及你每年所種的農作物。除此之外，我已賜你生命，將來還要賜你永生。』

我想上帝若不是這樣待我們，我們就不免要灰



心了。我們對於自己兒童的勞作，也應該給他一種報酬，也就是一些能感觸得到的實在的東西。我們不要想怎樣可以使兒童不求報酬而愛工作；因為這乃是上帝的律法，工作是應當有報酬的。

既是這樣，那麼應當以甚麼性質的東西爲報酬呢？這真是一件很難定準的，只好斟酌情形辦理吧。例如在庭園中作工，可以把他所培育的果子賞賜他；如果不能全部都送給他，那麼就應當劃出一部分給他；至於花及蔬菜等，也可以賞賜他去出賣，或是讓他去享用它。現代的人是以金錢作爲財富的表徵，所以我們有時也可以讓小孩有一些金錢的報酬，並細心教導他怎樣愛惜錢財和怎樣善用它。

## 禁止貪心

但在有些事上，我們卻不應該時常輕易地給他報酬。我們必須謹慎，不要讓小孩子一心只想要錢，甚至於作一點輕輕小事也想要得錢。如果有了這種毛病，父母便應當設法同他理論明白，派他作一些可予嘉賞而不必給予金錢的服務；或可對他這樣說，「好吧，啓光，如果你在各種小事上都要報酬，我是可以給你的。你掃地，你拾柴，你端椅子，甚至於去睡覺，我都肯給你報酬；但是我也要你給我一些報酬，我替你煮飯，我替

你洗衣服，補襪子，洗手臉，以及幫忙你算算學，這一切事，你都要給我報酬。這樣，我們且看看到底是誰欠誰了。『無疑地，在這種清算之下，啓光自必是立刻覺得自己是破產了。然後你再對他說，『最好的服務，就是不要錢的服務，是出於愛心和樂意的服務。我們給你一點錢的緣故，乃是要你學習知道，怎樣管理錢，怎樣愛惜，怎樣使用。然而我們是不能用錢來估量一切服務的，只有愛心是比錢更有價值得多了。』

### 無可計量的報酬

還有一些報酬是小孩子所更寶貝的。在小孩子作了一點出人意外的服務之後，母親的臉上表露出驚奇而快樂的光彩來嘉許他，那是比給他一毛錢還要好得多了。親愛的懷抱，親嘴，接着再講一半個快樂的故事，這會使小孩子覺得比得錢財更快樂的。這種親愛真情及快樂之心的流露，是比一切都更寶貴。你想這話對嗎？

『兒童愉快地執行家庭中生活的本分，分擔父母的担子，就會得到上帝的嘉許和愛眷。……應當趁着年幼，在他的腦經和身體還不十分強壯而不能擔任大事的時候，用一種比從拘束的學校所能得的學問更高超的教育，來訓練兒童執行生活上的切實本分，這樣，在他後來離開家庭時，就會成爲社會上有用的分子了。』（教師勉言第一四八面）



第六十課

# 天倫之樂

## 愉快的精神

妳若是有喜樂的心，對於所作的事覺得高興，那麼，妳差不多可以說是無事不可成了。在人類的各種美好品性之中，喜樂是佔了首要的地位。它幫助妳善於培育嬰兒的腦經，使妳的丈夫與妳合作，使家庭生活美滿，使各人快樂而健康。「喜樂的心，乃是良藥。」這話是極對的。反過來說，若果妳口裏所出的，都是咒罵，爭吵，急躁的話，請問這樣怎能使家庭生活美滿呢？須記得，「憂傷的靈，要使骨枯乾」呢。

應當把妳家庭間的精神生活，按排得井井有序。把妳的心意，往好處着想。不但妳自己需要以喜樂的心來幫助妳處理日常生活職務，同時妳的丈夫也是需要妳以喜樂的心來使家庭成爲一個平安的寓所。當他在外界忙碌了一天之後，慢步回家時，見到家中和

樂融融的景象，那是多麼好阿！除此之外，最要緊的，還是家中的小孩子們，他們是需  
要家中有喜樂的祥光照耀，因為他們只有在這種美好的環境中，纔能使心靈日趨於活潑  
強壯。總而言之，一個家庭乃是『一個特別的世界，把吵鬧趕出去，把親愛留藏着。』

## 早 安

妳每天早上是否對家裏的人說『早安』呢？妳一天工作的情形，全靠這句話來開始  
呢！妳應當覺得自己需要用最喜樂及最愉快的聲調說『早安，』而使自已得到了這話的  
益處。如果你還沒有這樣的感覺，那麼從今後妳試用快樂的聲調說『早安，』我們相信  
它必要使妳得到了一種說不出的快感呢。

自然啦，除了口說『早安』，能使妳起早安的快感之外，還有一些別的事也是會幫  
助妳得到此種樂趣的。例如，晚飯不要喫得太晚，不要吃不易消化的食物；晚上睡覺時  
要空氣流通；如果情形許可，在起床時行一個冷水淋浴或冷巾抹身等，都是很有益的。  
還有一個最妙的方法，就是先與上帝談話，並且在心中覺得祂是與妳同在；然後再開口  
說，『親愛的，早安，』這樣，妳對於日常的生活工作就有了正當的開端了。

## 要說『請』字

當妳要得一個好處，或是要人幫忙妳作一點事的時候，妳該用甚麼方法呢？是請求呢，抑或是命令呢？作父母的人，不應該像一個專制暴君一樣。他們在兒女的品格和命運上，是握有無窮的勢力的，所以應當用堅定的心意和悟性以及那能引起快樂的仁愛，來把握住他們。

在無論何時，不要忘記說『請』和『謝謝』等有禮貌的話。例如：『美蘭，請妳把我的頂針給我。』『美德，謝謝你這麼有心地給媽媽搬椅子。』

## 喜樂是健康的基礎

我們怎樣能產生並保持基督徒喜樂的美德呢？使人悶悶不樂的原因很多，有些是肉身方面的，也有些是精神方面的。小孩子有些不高興或不舒服的時候，我們往往說道，『孩子是病了。』人在兒童時代，是常有不高興和疾病，這是不用說就知道的；然而妳是否曉得，大人的不高興也是常常會影響及小孩子的健康呢？如果大人常是吵罵不休，尋差覓錯，以及厲聲厲色，那麼小孩子的生活就要萎化並發育不全了。他們的神經系統

受了影響，他們的血脈循環有了阻滯，同時他們的消化液也起了障礙。如果要一個兒童能發育成正常的大人，喜樂的心是極首要的，正如同飲食是極首要的一樣。

## 睡眠

應當察看妳的兒童和妳自己是否在涼爽清新的空氣中有充足的睡眠。如果能在戶外睡眠，那真是再好沒有了。若是不能，就應當在戶內敞開窗戶睡覺。靜心安息的睡眠，對於神經系統的發育乃是必需的。若不是充足的睡眠，妳便不能得到快樂。妳若是不肯睡眠，而又要得快樂，那是要把妳的精神力量浪費消耗了的。

## 飲食

除了睡眠之外，妳還應當確實知道自己的飲食習慣是否合理。妳應當喫有營養的食物，煮得合適，飲食有定時，而且有節制，不要太多，也不要太少。

## 運動

運動是需要的。合適地執行家庭中的各種職務，那是會使主婦得了健身的運動，並

且是最妙的幫助，能使妳得到快樂。應當盡量讓主婦有機會作戶外運動。應當常沐浴，並要有規矩地排洩體內的廢物。把家事安排有序，自己親身操勞，這是保養良好精神的重要方法。

## 環 境

應當使室內有充足的光線。起居室的牆壁，要有可愛的色彩。鮮花美草是會幫助室內光輝並喜樂的，所以妳可以採一些妳自己所種的花，插在花瓶裏；在冬天裏，也應設法栽培幾盆花草在室內。在牆壁上掛一些可愛的圖照，也是可以使室內快樂的。

## 音 樂

應當盡妳所能的，使室內有悠揚的音樂。唱歌吧，如果妳別的詩唱得不好，妳不妨用快樂的聲調來唱讚美詩頌讚主。這不但使家庭中充滿了快樂，同時上帝也要悅納它為感恩祭。

## 精神健全使人喜樂



身體健康能使人有喜樂之心，正當的精神態度更是能確保住人的喜樂之心。我們的兒童信賴我們，相信我們有能力為他們預備日用一切，也是能保護他們；照樣，我們對於在天之父，也應當具有堅定不動的信心，保持與祂聯絡，便可消除我們的一切焦急煩慮。「所以不要憂慮，說，喫甚麼？喝甚麼？穿甚麼？這都是外邦人所求的。你們需用的一切東西，你們的天父是知道的。你們要先求祂的國和祂的義；這些東西都要加給你們了。所以不要為明天憂慮；因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」（太六章三十一至三十四節）

## 上帝與我們同在

在每日工作的開始，總要確定地覺得有上帝是與我們同在。我們要確信祂的應許。「你要把你的重擔卸給耶和華，祂必撫養你，祂必不叫義人動搖。」（詩五五篇一二節）「你們要將一切的憂慮卸給上帝，因為祂顧念你們。」（彼前五章七節）上帝既呼召我們為父母，祂自必有祂的計畫，用祂的恩典來撫養我們和我們的全家。因此我們應當完全信賴祂，祈求祂多多地賜給我們信心，希望，仁愛，喜樂；同時祂也必樂意賞賜給我們以直達福祿的。



第十七課

牙齒，扁桃腺，及零食

牙齒，扁桃腺，及零食——這三件是與兒童時代有密切的關係。

這是極其確實的，小孩子在夜間有了咬牙的聲音，那是需要到牙醫處去診視，結果往往是可以察出他的牙齒中有幾個是蝕壞的。

關於扁桃腺的難題，在小孩子三歲大，往往有些還不到三歲的時候，就發生了。許多的大人對於此事也是常不經意，直到他們出了毛病纔開始注意。

零食，就是俗話所謂之「吃零嘴。」這種習慣幾乎可以說是兒童時代牙齒和扁桃腺出毛病的大原因。人在小的時候愛吃零食，到長大之後就常有這個痛或那個痛，並且還把病根加在牙齒和扁桃腺的身上。因此，在餵養小孩及教導他們的食慾之時，我們不但要保護他們的牙齒和扁桃腺，同時也要為他們的日後生活預備，使他們可以免掉許多的痛苦。

## 牙齒

若要牙齒成爲一副健強而美好的，我們就應當在事先在幾點上要妥爲計畫及注意纜行。建造牙齒的工作雖是屬乎自然的，但我們卻必須預備材料，並按排它妥善地生長。

第一重要的，是要在嬰兒未生之前，母親要注意胎兒的牙齒；其次，就是在生後第一年中要注意餵養。

## 咀嚼

應當教導小孩子咀嚼。咀嚼乃是牙齒的運動。它的作用是傳信息給牙根，使牙根的循環作用不至於停滯。例如，我們的一個牙齒拔掉了之後，往往過不久的時候，那空口對面的牙齒便會腐壞了，這其中的原故，就是因爲它沒有對牙同它作咀嚼運動。這是毫無疑惑的，如果人養成了咀嚼的習慣，便可免掉許多的牙齒腐壞。

要養成一副好牙齒，有四點要注意：（1）合式的食物——乳，水果，青菜及生菜，全穀類；（2）咀嚼運動——在每一頓飯中，小孩要喫一些粗糙硬質的東西，如同麵包的硬皮，菜根，蘋果等；（3）刷牙——一定要在每餐之後刷牙，尤其是在早餐

之後及就寢之前不要忘記；（4）牙醫——每年要去拜望牙醫三次。成年人每一年去看牙醫兩次也許是夠了，但牙齒腐壞病往往是兒童患得比成年人多，所以兒童每年應當多有幾次去拜望牙醫纔好。再者，如果他們的牙齒長得不齊不整，牙醫也可以設法使它齊整。應當用各樣的方法盡力保護兒童的乳齒；因為這第一批的牙齒是需要保留着，直到兒童六七歲應該換齒的時候纔可以讓其自然脫落。

要常常對小孩子說牙齒的重要，及如何謹慎保護之。設法使他們產生興趣，並注意牙齒的運動及清潔。每天要給他們咀嚼一點粗硬的烤乾的麵包，果乾，硬殼果，青菜等。不要單給他們餵食稀飯及軟質的食物。須知一兩片粗硬的麵包，在飲食上的價值，乃是比一大碗的稀飯還好得多了。稀飯固然是有其價值，但若能教導兒童在吃稀飯之外，再吃一點硬質的食物，那就更好了。應當設法在每一餐中，有些使兒童要大起咀嚼的食物，此外也當有些食物，是含有豐富的建設牙齒的原料。

## 石灰質

石灰質的責任不但是在構造身體上有分，同時也是建立人的骨格與牙齒。因為它是鹼性的，所以能幫助血液去清除體內廢質的酸化作用，使身體能保持住鹼質。水果之成

爲有價值之食物，此亦其一原因也。我們在第三課上已經提過水果的益處，雖然它所含的石灰質成分並不如乳類及青菜類之多，但其中還是有酸素及鹼素，能使身體血液中含有鹼質。這對於血液及牙齒很有幫助，所以從間接上說來，水果是能幫助牙齒長成的。

在我們所喫的一切食物中，往往留有酸性的廢質在體內。因此，在我們所喫的食物中，便應當是有些鹼質的纔好。這種含有鹼質的食物，不但能免去血中酸素過多的毛病，同時它的石灰質也是可以使牙齒發長。說到了這裏，你們不免要問道，在甚麼樣的食物中所含的鹼質是極少呢？那就是白麵糖糰，餅，稀飯，蔗糖，糖果，油類。如果在兒童的食物中，這些東西佔一大部分，結果則或早或晚必要顯出牙齒不良的病來。

## 扁桃腺

兒童自從會像成人一樣地進食之後，一天到晚的事，總是流鼻膿，喉嚨痛，和咳嗽等等，並且還常會使呼吸系的內部黏膜起多少的充血。此後接着來的，就是扁桃腺發腫了。喉嚨間的扁桃體，原是守衛喉門的；但可惜有些人的扁桃體不但是沒有盡衛兵的責任，反而成爲障礙物及藏積微菌之所。因此，往往還是把它割除掉，比較留存着更好。

患病的扁桃腺體，會引起難症的，不但是在喉嚨裏作怪，而且也是會害及身體的其

他部分。它會包着一些膿泡，會含一些病菌。如果這有病的扁桃腺與別的腺狀組織，仍然留着不割掉，結果常會使兒童的全體健康有了嚴重的損失。傷風和扁桃腺發炎，常會使兒童身體衰弱，並使他在學業上損失很多。往往有許多學業退步的兒童，在被醫生治療了鼻病和喉病之後，便恢復了健康及正常的狀況。因此，何時一見到兒童的扁桃腺出毛病或流耳膿鼻膿的時候，就應當毫不遲延地去請醫生診治。兒童用口呼吸和扁桃腺的一再染病，這兩種情形都是很嚴重的，應當帶他到醫院去請醫生診治，並服從醫生的指導。須記得，兒童的扁桃腺或別的腺狀體有了病，他們是不會發育長大的。

## 零 食

在兩餐之間切不可給兒童甚麼糖果或零食。有許多父母一天到晚給孩子吃零食——在禮拜堂中也要使他口裏不閒，以便大人可以聽講道；在孩子跌倒或碰痛的時候，趕緊塞一點東西在他口裏去止哭；有時是在小孩子不高興或要喫東西而哭的時候，便拿糖果來哄他。這種習慣是安置下了未來禍患的根基，因為一天到晚不停地作工而疲倦了，同時這疲倦的胃也就使兒童很不舒服。不舒服的兒童是永不會快樂的。

隨時隨地喫零食，即使是所喫的東西對於身體是有益的（如花生米之類），但這對

於正常的飲食計畫卻是破壞了。小孩子若慣於在兩餐之間喫零食，那麼他食慾便被磨損了，對於家常便飯就不想喫了。進一步的害處，就是飲食無定時，此外對於他的健康更有大威脅，因為他所喫進的食物中，構造身體及中和血液酸性的成分是欠缺了。讓兒童在兩餐之間喫零食，這不但是在幼小的時候不能教導兒童要自治，同時也是留下許多的毛病，如扁桃腺及牙齒不良等症。小孩子若是喫零食，就不會有正常而健康的食慾，在上桌喫飯的時候，也就不會喫足量的食物，這樣他身體的構造及健康就不能保持了。

### 吃糖果的時候

只有一個時候可以吃糖果，那就是在喫了飯之後。在把基本的飯食喫了之後，不妨喫些鮮美可口的各種糖果，以及葡萄乾，棗子，花生等類。

總而言之，我們應當把零食看輕一些，不要太重視它，以便保全我們孩子的牙齒與扁桃腺。同時還可以說，凡是與小孩子有益的，自然是對於家中其餘的人更是有益了。我們若能有合式的飲食，不喫零食，那麼我們的牙齒與扁桃腺都會站在正常的地位上，執行正常的工作，我們的小寶寶也就可以對人家誇口說，「你看我們一家人的牙齒和喉嚨都是長得多麼漂亮阿！」



第 十 八 課

遊

戲

與兒童結交爲侶，這乃是教養兒童的積極要素之一。如果父母要保持兒童對於他們的信任心，以便能教導他，警戒他，指導他解決困難，培植他的生活向上，那麼他們就應當作自己兒童的伴侶。

在這種結交爲侶的事上，遊戲是一個重要的要素。遊戲的定義是：「一件娛樂，或是一種不具有特別目的之行動。」在兒童幼年時期中，遊戲也是在教育上佔着很重要的部分。它使兒童有興趣有快樂，同時若能善予指導，便也能訓練他的能力及給他知識。

一 種 學 習 的 門 徑

如果每一個母親肯注意自己的兒童，不干涉他，她便可以學會許多關於遊戲的事。遊戲乃是兒童得學問，得經驗，及操練自己的門徑。藉着遊戲，運用筋肉，兒童便成了



精巧能幹的人物。一個小孩子玩弄積木，將最後一塊木塊放在自己所建的高塔之頂而不至於倒塌，他在成事的時候，是可以大誇大跳地快樂的，因為他已經學會了一些本事，在他那個年齡中看來是很重要的本事，正如他在後來的日子中學會了二加二等於四的本事一樣。我們應當勉勵他作這些訓練筋肉及感覺的遊戲，供給他一些能使他練習新動作的玩具。同他玩投環遊戲，教他如何投得準確正中；教他怎樣串珠，怎樣在黑板上畫圖畫，這都可以使他學會各種本事。此外如跳繩子，翻筋斗等遊戲，都可以幫助他的脊背筋肉變成強壯。

兒童在兩三歲的時候，就開始會和別的年紀相若的兒童同遊戲。如果他有哥哥和姊姊，他們很可以讓他也參加他們的遊戲了。至於他怎樣遊戲，怎樣等待輪流，怎樣遵從遊戲的規則，及怎樣錯過機會而受罰等等，在起初時他是莫明其妙的；但到玩過了一會兒之後，他就要懂得，並且從中得到樂趣了。

## 玩具

玩具約可分為兩種：一種是兒童可以參加動作；一種是兒童可以觀察的。在頭幾年中，他們喜歡玩積木，球，器具，以及一些他們能作出新玩意兒的玩具；但對於那些只

能作為觀察的玩具——通常是機械式的玩具——卻是不久之後就要生厭的。小孩子是樂意作手工，建築，行動，而不願靜坐旁觀的。我們應當在此事上勉勵他，因為如果他在早期中不發展這種旨趣，也許他將來就要變成一種只會觀察而不會行動的人了。

各種積木，平滑的，有顏色的，大的，小的，都是很有價值的玩具。我們可以用許多的方法來玩積木，建築房屋，倉庫，籬笆；或擺成汽車及火車等物。至於有顏色的積木，可以擺成各種花樣，並學配顏色。兒童所玩的積木，可以在家中用木條鋸成二吋及四吋大小，然後用沙紙剉平滑，就可以用了。

還有許多別的有益玩具，如小車，滑冰鞋，洋囡囡，以及小盤小碟等等。如果這些小玩具是自家製成，是父母及兒童親手所造的，那麼就要變成更可愛與更可樂的了。那以洋線團的木軸為輪的小車，那自家製造的堅固滑冰鞋，那破布所包紮的洋囡囡，那用黏土和沙石所和成的小房屋，用草作的床榻，用泥土作的糕餅等等，都是具有無限的生氣，比那富貴人家從世上工廠裏所買來的一切玩具尤為生色。我們應當訓練兒童的小手去製造他們自己的玩具。

## 沙 堆

沙堆和沙箱，對於一歲以上的小孩子，乃是一種可樂的和有教育性的玩具。兒童喜歡玩沙，坐在沙裏，埋在沙裏，以沙爲樂。他愛把沙挖掘，把沙聚成堆，把沙裝滿箱桶中，又把沙從箱桶中倒光。廚房裏的杓子可用爲鏟，鉛鉄的杯罐可用爲桶。到他年齡較長之後，他又會用沙來堆成山，舖成平原，道路和田野。給小孩子預備一個沙堆，讓他獨自一人在那裏玩，你只要從窗戶中能照顧到他，那真是一樁大有助益的安排了。

### 獨自遊戲

每一個母親應當教導兒童獨自遊戲，這乃是很有價值的。有些母親一聽見兒童嗚咽或自言自語，便急忙跑出去看望他，這真是自尋苦惱。我們應當讓每個兒童自己去玩，玩鉄盤，調羹，曬衣夾，木塊，或其他玩具，他是會玩得很有趣，並且使自已大有快樂的。讓兒童獨自遊戲，大人不去干涉他，這能使兒童學習自己作決定，學習集中注意力於所作的事，並學習獨立自助的初步教訓。大人切不可干涉兒童的遊戲。如果他所作的事，似乎是有些糟



糕了，你也不去替他作。我們應當讓他自己去作，即使是他所作的結果並不如你的標準，但在他的經驗上仍不失爲一種很有益的事。

### 團體遊戲

一個小孩子也需要與別的孩子們一同遊戲，尤其是那有獨子的父母應當牢記住這一點。在團體遊戲中，他要服從團體遊戲的規則，這樣他就可以學習許多有價值的教訓，培養自立自恃，發出提議，充任領袖等等的本事。

當小孩子們在一起遊玩的時候，大人應當盡量少予干涉。他們若有甚麼糾紛，最好是讓他們自己去解決。如果他們來請你去處理爭端，你就當聽明雙方的情理，並幫助他們自己去作公平的決定，切不可助長告密進讒的風氣。

### 喧跳遊戲

與兒童們同作喧跳遊戲，這乃是父母的一種本分。這種遊戲乃是兒童在能走路之前所作的各種幼稚遊戲所進步的。在他一會蹣跚行動的時候，他是多麼高興去追逐，去隱藏，和被投在空中然後被父親的手接住。不錯，這乃是一種遊戲；然而我們卻不應當想

到這不過是一種遊戲而便忽視之。原來在兒童的心裏和筋肉裏都有一種愛活動的渴望，他的運用精神和筋肉，正是實行上帝的旨意，因為他從這種動作裏可以學會如何管制自己的筋肉，並使腦經機敏捷。

這種運動不可太過分，並應當時時按着兒童的福利而行。如果你要兒童睡覺，在臨睡之前便不可讓他作各種活潑及刺激性的遊戲，尤其是那些神經興奮的兒童為然。但對於歲數大的兒童，則黃昏臨到之時卻正是一個良好的時候，可以作一合理數量的喧跳遊戲，而且這個時候往往也是父親可以與兒童同作遊戲的唯一時候。玩騎馬，騎大象，捉熊，拾四角，跳躍，翻筋斗，兒童們有爸爸一同遊戲，真是多麼開心阿！

在夕陽餘輝中，父母應當參加兒童所作的戶外遊戲。如果你要你的兒童與你同工合作，你就應當同他們一齊遊戲。

### 保守兒童的信任心

自然啦，父母不能一天到晚同兒童遊玩，但他們卻可以在精神上與他們同玩，向他們表示自己是在注意他們所作的遊戲。當小寶寶遊戲完了跑進家中的時候，你可以慰問他是否玩得好好。他們多半是會歡喜告訴你，他們在遊玩的時候有了一些甚麼事情。在此種

情形下，很可以促進父母與子女之間的信任心的。這種天真坦白的交談，誠心誠意的信任，真是無價之寶。很可惜有許多的父母，在發覺到自己與子女之間有了一道靜默無語的牆垣隔絕的時候，已是爲時太晚了！我們應當從小訓練兒童，在回家時述說他們在外所作的事。在黃昏及就寢之前的時候，並不是一個斥責吵罵的時候。在寢前講故事的時候，或可指點出他們的過失來，有時也可在他們第二天出去遊玩之前，得一合式的機會向他們說明之；但無論如何，切不可在他們向你述說自己在外的經驗之時，打斷他們的話，指責他們。

### 遊戲應列在日常生活表中

在日常的生活表中，遊戲是有其地位的，但我們在安排此節目時，卻應當兼顧到它是否與別的活動相配合。兒童的年齡不論是多大，都不可讓他的遊戲妨害及他的睡眠，飲食，及操作家事的時間。兒童的年紀越小，就當有更多的功夫給他遊戲；及至年紀較長，就當使他感到操作家事爲可樂，叫他覺着自己在家中一個能幹的人物，而以工作算爲遊



戲的一大部分。

小孩子很喜歡剪圖畫，有時會玩得好幾個鐘頭而不覺得厭倦，因此我們不妨給他一把鈍頭的剪刀，和一兩本舊書舊報，讓他自己去剪裁取樂。

小孩子很喜歡拿書，我們應教他怎樣小心地翻閱書本。對於很小的小孩子，我們最好能給他一些用布作成的圖畫本子，使他可以翻閱，而又不至於撕裂。

小孩子喜歡塗畫。軟的鉛筆和有顏色的粉筆都是很好的玩具。我們可以將包書包報用過的廢紙裁為四方形的，給他去塗畫，這樣他就不至於在書本和牆壁上亂塗亂畫了。

三歲至五歲大的兒童很喜歡玩一塊平滑的木板，將它作為許多的用處：有時拿來作為蹺蹺板；有時把它一頭擱在箱上作為滑板；有時會把它橫在兩隻矮箱子上，自己在上面行走，學習如何保持自己身體的平衡。

每一個兒童應當學習照管自己的玩具。污穢而破壞的玩具，是會教兒童成為粗心大意的人物。容易破壞的玩具，對於兒童是無益的。他應當有一個小箱子放他的玩具，或是有一個矮櫃子，讓他能夠很容易地把東西放藏起來。他應當學會在玩完了遊戲之後，就要把各種玩具收拾起來。

## 幫忙母親

兩歲至五歲大的兒童很歡喜去作母親所作的事，例如掃地，洗碗，端盤子，抹桌，和鋪床等等。他們喜歡玩衣服，把它捲起來放在箱子裏。他們喜歡學母親洗衣服及燙衣服。如果你能給兒童一盆麵粉去調和，他是會安安靜靜地在那裏玩上一個很長時間的。我們應當在這個時期中，培養他幫忙的美德。這些工作，在他乃是一種遊戲，但同時也是使他學會了要有思想並作事謹慎。因此作母親的人是應當忍耐，如果你的兒童幫忙家務，慢手慢腳，反不如妳自己獨自去作得好，這時妳還是不應當急切的。

在教師勉言第一一五面上，懷夫人指導我們說：『母親不應當把兒童遣開，以便自己不為他們的聲音所擾，或他們的小需要所纏，但乃是要為他們計畫娛樂或是輕省的工作，使他們愛活動的手腳有所用。在參與他們的情感及指導他們的娛樂和工作上，母親可獲得兒童的自信心；這樣她便能更有成效地阻止住自私或惡性的表露。一句警語或斥責，若是在合式的時候說出，那是有大價值的。母親可用忍耐而警醒的愛心來納兒童的心意於正軌，並培養他們品格上的美德。』





第十課

# 教導真實

## 爲何要教導真實？

「真實」，換句話說就是「信實」。『信實』乃是人生的根本基礎。古時聖賢曾說過，「民無信不立」，又說，「大車無輓，小車無軌，人而無信，不知其可也。」我們對於天壤爛漫的兒童，應教導他立志作個誠實守信的人物，以便將來能在社會上立足。

「誠實的人到處受人敬重。」誠實的人，他的話語是準確可靠，他的行爲是正直可取。他的名譽就是他的資本。他得人的信任，蒙人的器重，受人的歡迎，遠勝於腰纏萬貫而無誠實的富翁。

然而誠實的美德尙有其最偉大的價值，那就是幫助人認識上帝。「祿所喜愛的，是內裏誠實。」（詩五一篇六節）一個誠實，忠厚，方正的良心，會使人具有一種坦然無

愧的精神，天天迎見上帝如父親然。從另一方面說來，不誠實的良心，卻會使人起一種分離的精神，久而久之，將使我們與上帝之間的交往全然隔斷了。

### 以身作則

在教導兒童以此項偉大的真理時，首當以身作則。一個母親若是在兒童之前對自己所不歡迎的客人虛與委蛇，或是在舟車查票員的查詢之下虛報兒童的歲數，或是向兒童撒個謊以便抽身上街買物；這樣，她就不配也是不能向兒童教導誠實的美德了。

古時孟夫子的母親，最注重誠實正直的美德。在她懷孕的時候，她就實行胎教，席子舖得不端正便不坐，肉割切得不方正便不食。她對於孟夫子，從幼就循循善誘，培養他誠實的美德。有一次，孟子聽見鄰近宰豬時的豬叫聲，便問母親那是怎麼一回事。孟母那時不假思索地回答他說，『那是要請你的客，因為你肯用功讀書呀！』孟子聽了這話，便夾着書包上學用功讀書。後來孟母仔細一想，覺得剛纔的話是不可不兌現的，便立即把織布機上的布取下，拿去賣了，得錢到鄰居買點肉回來，煮好等孟子回家來喫。有了這樣的母親，無怪乎要教養出一個聖賢來。

我們作父母的人，無論在何種環境中，都當誠實正直，處處留下誠實的榜樣，使兒

女在不知不覺中潛移默化成爲正人君子，則於國家社會的前途，實作莫大之貢獻了。

### 幻想並非虛謊

誠實的美德，乃是由於仔細的觀察，清明的思想，管制幻想，及正確她表示等美德所發展成功的。從這一點的見解上說來，我們是不可以輕易地直指某個小孩子是誠實或不誠實；因爲他口裏所說的只是他所想到的，同時他對於事實及幻想之間的界綫，還不能分辨清楚。他的觀察力還未開發，他的判別力尙未萌芽，他的幻想類乎荒唐，他的表示力也是極其有限。我們對於他因表示力有限而起的不準確敘述，不應遽然予以責難；反應當善加勸導，教他更加留心觀察，並盡力作準確的敘述。

我六歲大的小姑娘，有一天跑到家裏，對我說，隔壁莊師母家裏的母鷄孵着一千個蛋。經我詢問之後，纔曉得她剛纔不過是匆匆一瞥，便立即跑回家來「告訴媽去。」在她的心裏原無不誠實之念，她所說的「一千」，不過是說明她所要說的「很多」而已。後來我對她說，普通的母鷄只能孵十二三個蛋的，所以她不如再到隔壁去仔細觀察一下，並問一問莊師母，究竟是多少？她跑去了一會兒，又回來向我報告了確實的數目。隨後我便對她說，「一打雞蛋」雖不如「一千個蛋」那麼響亮動聽，但它卻是更切合乎

事實的。

## 事實與想像

到了年事稍長，智力發展，及父母的善導之後，兒童就更能分辨甚麼是事實和甚麼是想像了。雖然這樣，但還是有很多的兒童，仍然保守着活潑生動的想像力，常用幻想的字句來與他的玩具物對談，把它們當作人待，或是使動物與非動物相交談及動作。

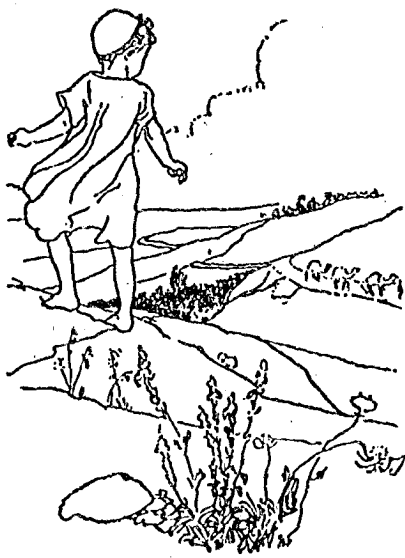
有一天我的小寶寶跑來對我說，「媽媽，妳曉得我作了甚麼事情麼？我是同鷄子談話呢。我站在園子的這一邊，牠們站在那一邊。我對牠們說，「喂，小鷄子們，你們現在要好好的，不可以飛過籬笆這一邊來；因為荳子纔出芽，你們若是過來了，頭一件事就是會把它喫光了。」牠們站在那裏聽我說話，把頭翻過來擺過去，（像這個樣子，）並且說，「啥？啥？」我又對牠們說，「是的，就是那樣！你們現在就當牢記着，否則我要把你們趕出園外去，並且叫母狗阿黃來追你們呢！」隨後即有大紅冠的老公鷄說，「你怎麼曉得我們過去？我們會快快地飛過籬笆的！」我對牠說，「老先生，那是不行的！你們應當從頭到尾要乖乖的，不然的話，阿黃是夠狠的，她會把你們的尾巴都拔光的。」隨後牠們說道，「算啦！算啦！好吧！好吧！」牠們又去找蟲喫，我也就回到家

裏來了。」

這一段會話雖有些類乎荒唐，但卻不是不誠實，也是無可指責的，因為我的小寶寶確實是會站在籬笆的這一邊，對着鷄子們訓話，並且還把鷄子們的叫聲，當作牠們的回話。作父母的人，對於兒童這一類的幻想故事，不應予以申斥，反當參加他們的遊戲精神中，同他們逢場作戲地玩一玩，至少的限度，也應當抱着欣賞的態度去回答他們。若是一個母親，不能體諒兒童的遊戲，不會和他們作幻想式的會話，不會迎合他們所創造的幻想環境，那麼，她還能成一個甚麼母親呢？

### 爲自己的利益而說謊

有時小孩子作不誠實的敘述，乃是因爲他希望由此而得人的嘉獎，或是要避免遭遇不良的結果。在這一類的說話上，我們應特加注意，設法予以矯正，因爲這是與前述的



由想像而來的會話是絕不相同的。人類的自私自天性，常會引起了許多的誤會與曲解。即使是成年的大人，也是無法避免各種的試探與惡習。我們唯有用基督教的純潔無私之精神，始能克服之。在此事上，作父母的人，除了以身作則教導兒童養成誠實的美德之外，尚有兩種態度，是大可幫助兒童制勝此弱點的。

### 殷殷厚望

第一種態度，是叫你的兒童知道，你是殷殷厚望他成爲誠實人：『誠實』乃是你的『家風』，爲光揚門第起見，他是必須崇尚誠實。如果他說了一句謊話，你是會大喫一驚的；這種態度，你的兒童是會一目了然的。你應當感覺到，在你的基督教化家庭中，竟然有謊話發現，這真是令人不可置信的事；同時你也當使你的兒童知道你有這一種的感覺。（然而在表示此種態度上，你也不應該矯柔造作，故裝腔勢。你自己若是一個說謊者，你是不會有誠實人的感覺的；惟有你自己是切實地痛恨說謊者，那麼，你那種畏避謊言如蛇蝎的態度，便真能使你的兒童誠心悅服了。）

汽車大王亨利福特曾提及自己的幼年生活經驗，說：『有一次，我說了一句謊話，我的母親便使我親歷說謊者的痛苦經驗。我遭家人的鄙視一天之久，這就使我知道了自己

己已作了一樁可鄙的事了。那一樁錯事，使我失去了體面，得不到家人的笑容。這一天我從母親那裏知道了，作錯事是有其刑罰的。」

### 免罪自新

但何時我們既使兒童有了這一種的印象之後，就不應該行之過分。我們豈可使兒童覺得作了一些錯事便該長時受辱呢？我們的天父並沒有這樣對待我們的。我們應當使兒童覺得，何時他肯悔改，要改過自新，上帝就要饒赦他，他的父母要饒赦他，並且家裏的人也要忘掉此事的。如果一個敏於感覺的孩子，你常對他說，他是靠不住的，他會說謊所以無人相信他，那麼，這個孩子怎能會有自信的心，及以行善爲榮呢？我們應當教訓兒童，應當責罰兒童，但也應當饒赦兒童，並重新信任他。

### 獎勵說實話

作父母的人應抱的第二種態度，就是要獎勵說實話，這其中也包含着，既認了錯，自當酌予免罰在內。我們應當立定一條規矩，從兒童最幼少的時候起，就鼓勵他盡其所知地將他所行所見的每一件事，向我們作忠實的報告。在他所報告的故事中，多一半是

天真爛漫及美意善行的；但何時他所報告的若是一些邪惡不良的事，我們也不應該立即斥責懲罰他；這樣，他就可以養成說實話的習慣，及至後來有了好機會時，便可向他提出該事，並教導他作正當的行動。有時兒童所犯的某種過失，是需要受些處分，以加深教訓的印象，然而這種處罰的辦法卻當以建設性的為主。我們應當保守自己與兒童之間的接觸，使他常來到我們之前，述說他的喜樂與憂愁，勇敢的行動及錯誤的作爲；這樣，我們就能指導他，引領他，在型成他品格的工作上，比那施用刑罰而使他以後噤若寒蟬的辦法，是有更多的建樹了。現今有許多的父母，在發覺了兒童與己之間的機械，已成爲一道不能渡越的隔牆之後，已是後悔太晚了。但願我們在尙未有此遺憾之前，應當先加致意纔好。





第十二課

清潔內部與外部

我們要在身體和心靈方面清潔像上帝一樣。聖經上說，「清心的人有福了；因為他們必得見上帝。」我們不但要在來生見祂，同時也是要在今生見祂；見祂的純潔與祂的美麗。我們在身體上清潔，便可幫助思想上也清潔；照樣，一個清潔的腦筋也能使人建立起身體清潔的美德。

房屋與庭園

我們的屋宇庭院及園子必須保持清潔整齊有秩序。在戶內或戶外，都不容有污穢垃圾藏留着。我們不管怎樣小心照顧小孩子，而泥土穢物還是會進到屋子內；雖然這樣，但一所清潔的屋子卻是決不讓泥土穢物積留在屋子中的。我們切不可在後院裏放堆甚麼破舊的洋鐵罐及其他廢物垃圾；若是那樣，它們是會向人傳說出你家中的腐敗情形，比

較你苦口婆心唇焦舌敝地向人講一番道理還要有勁哩！

應當計畫把一切亂七八糟的破爛東西收拾乾淨，務使你家中的生活有秩序而又整齊美觀。對於牆壁要修理完好，在園子周圍要栽植些悅目可愛的花草樹木。盡量使庭園周圍美麗，並教導小孩子以收拾庭園清潔為體面。我們的房屋也許是簡陋，但我們美麗的心靈是會使它改變成一所美麗快樂的家庭的。

## 外表的清潔

我們的衣冠及外表都必要清潔，並當以此教導我們的兒童，雖然這是需要好幾年的功夫纔能使他們養成愛清潔的習慣，但這卻是很必需的。每星期應當洗澡兩次。沒有衣服包蔽的部份，例如手，臉，耳，頸，頭髮等，都應加以特別注意。每天要用溫水或冷水盥洗，使外表清潔雅觀而健康。

我們的裏衣和外衣都要清潔。不潔淨的衣服是不衛生的。我們體內常有不潔的廢物要從皮膚的細孔排洩出來，若是衣服不潔及污垢仍黏在皮膚上，那麼細孔就要壅塞不通，體內的廢物無法外洩，結果仍然留在體內血中，反而使內部的器官被塞受害。

作母親的人，不能在兒童很幼小的時候向他們灌輸純潔神聖的思想，但卻有一件事

能辦得到的，那就是使兒童周圍的每一件東西要清潔。他們的臥室要洗掃清潔，教導他們要愛護自己的衣服，應當給每個小孩子有一個地方藏放他們的衣服；若是父母沒有錢給孩子們買箱子，那麼不妨給他們一半個小櫃子或抽屜也好。

## 內部的清潔

身體的內部應當清潔。一個人若是呼吸氣味濁臭，那是會妨礙他去作基督徒服務的。一個口臭的人往往不容易自己發覺，但他的親友卻是很畏避與他接近，這樣便破壞了他的好意服務。應當設法治愈呼吸濁臭或口臭的病，這是與健康有益的。應當注意牙齒，喉嚨，鼻孔等部分都要清潔健康。所喫的食物要細細咀嚼。白天夜裏都要吸收新鮮的空氣，皮膚也要清潔。每天要運用筋肉作運動，最合式的運動就是執行家務及修理庭園的工作。

## 每天沐浴

試行每天沐浴。開頭的時候，用毛巾擦身，使身體起反應而更活潑。據水療法專家們說來，每天實行冷水浴的益處是：（1）在普通循環系上增加白血球百分之二百至三百

以上；(2)增加紅血球百分之三十；(3)增加肌肉工作的能力百分之三十；(4)使身體內充分採用氧氣。

## 排 洩

身體廢物的排洩，除了從皮膚汗腺而出之外，還有從腸道及腎部所排洩出的糞便。我們喫糖過多，那是會使腎受害，比其他的不良食物更甚。據說用糖和牛奶的食物喫多了，其害也是比喫肉太多更甚。小孩子愛喫糖，這種口味乃是後天得來，並不是出於自然的。在北極地方的愛斯基摩種小孩，你給他糖喫，他是會趕快吐出口，但對於鹽的味道卻是在不久後即可學會愛喫了。

如果我們要小孩子的腸道排洩順暢，那就應該多多地讓他們喫蔬菜。教導他們以愛喫青菜並要細細咀嚼的習慣。瀉藥及通便藥之類，不應該常常服用。每天早上起床後，喝多量的開水，是會產生預期的好結果的。因此，我們應當鼓勵小孩子在起床後要立即多喝開水。

## 性的清潔

性的不潔乃是兒童與青年的最嚴重危險，並且要往往貽害及於一生。兒童與青年對於性的事實及社交的關係必須有正確的認識，作父母的人應當細心留意，不要讓兒童及青年獲得了關於性方面的邪惡誤解。作父母的人應當一方面將生命的來歷，向兒童作真實的說明，另一方面也要留心防備，免得清白天真的孩子受了不良友伴的引誘，以致思想污穢以及患了手淫的惡習。

### 預防惡習

預防手淫惡習的最妙方法，就是要嚴格清潔。有些孩子的手淫是自己學會的，其原因是由於性部器官不清潔或褲子不合式以致發癢而起的。一有這種情形，父母應當立即留心及嬰孩的需要，設法使該器官清潔，並酌量塗上一些油，以免其摩擦。及至年齡較大時，便當每天給他沐浴，浴時要特別注意性部器官之清潔。有時男孩子因為包皮過長過緊而致發癢，這是應當請醫生診視。據有些人的意思，為防免手淫起見，有時不妨行割禮。到了小孩子有悟性的時候，便應當設法使他明白惡習的危險。如果你見到孩子手摸陰部，便當教他不要那麼做。在說的時候，不要用大驚小怪的聲音，乃是要用平平淡淡的口氣，正如同你告訴他不要把豆子塞到鼻孔裏去的時候所說的一樣。他是天真的，

不知道甚麼道德不道德，不曉得甚麼有害沒有害；因此，你在教導他的時候，所表現的聲音和顏色，便應當是坦白而和悅的，切不可把它看作太祕密太嚴重了。

一家中的生活若是喜樂而忙碌，並且多在戶外活動，這真是一個最健全的方法，可以防止孩子沾染惡習。其次便是設法建立起各種美德良習；再次就是要每日排洩，每日溫水沐浴，及睡眠在空氣清新之處。

若是孩子年紀較大，由於心身或交接的不健全，而染上了惡習，作父母的就應當謹慎而盡力地去研究其實際原因爲何。先設法除去原因，然後再提高日常家庭生活的標準，分派一些合式的工作及娛樂給他去作，再表現出父母的一片忠誠之愛來感化，結果那惡習自必易於革除了。

## 精神感化

精神清潔乃是身體及性清潔的保障。我們自己當在思想及言語上要清潔，照樣也要教導兒童如此。「清心的人有福了，因爲他們必得見上帝。」各種讀物要謹慎揀選，竭力避免一切淫猥卑賤的材料。現代的書籍報誌中，有許多是含有猥褻惡毒的內容，誘導人在社交行動上放縱情慾。通俗的戲館及影戲院，也是充斥着邪惡及墜落的教訓。凡是

作基督徒的人，對於這些都是應當遠而避之的。

作父母的人應當在教訓上及榜樣上，切實指導兒童在身體及腦經上務要清潔，這真是極其重要的。他們必須以身作則，在身體及道德上顯出清潔，並要積極地教導兒童也當如此行。

我們不但要在消極方面設法，同時也當在積極方面着手。我們不能只想到如何驅除不潔，而便能成爲清潔了。因爲在除了不潔之後，若沒有甚麼清潔來補其缺，那麼難免不有別的不潔要乘虛而入了。我們都曉得，甚麼地方一沒有光明，黑暗就侵入了；人若沒有愛真理的心，愛邪惡的心就產生了。因此，我們作父母的人便應當研究，怎樣使兒童的腦經充滿美麗，純潔，與真理想，以免那些邪念穿隙而進。那沒有目標任意飄蕩的人，結果是要成爲無可救藥的沉淪人的。

## 性的好奇

小孩子對於男女性器官的不同，總是會起正常的驚奇心的，即使是在原始時代亦莫不然。但到人類文化進步，知道穿衣服了，許多小孩子卻由這種好奇心起了許多不正當的探究。他們不能從父母那裏得到性的教育，因此便從少年朋友輩中尋到謬誤不正的見

解，結果有不少的孩子受害，他們的德性被邪惡的思想及不潔的行爲所嚙食了。

在不多年前，沒有一個人想到要對小孩子說明嬰兒是怎樣生的；但時至今日，差不多人人都同意應當把生命事實教導給小孩子了。不但要把這種事實教導他們，而且還要在家中教，並要由父母來教；在教的時候也要用偶然的及實事求是的態度來教。

這是無疑的，在小孩子的腦筋中所要知道的性問題，原是簡單的，遠不如大人腦中所想的那麼複雜。普通正常的小孩子對於這事，只要父母回答得合適，他們便會感到滿意了，正如同他們所發的關於平常喫東西的問題一樣。但對於有些患有好奇心，對此事總愛窮根究底的孩子，作父母的便應當謹慎而賢明地來矯正他，精明地以合式正當的性教育來應付他的需要，並解決他的好奇心。

每一個作父母的人，要知道自己兒童的道德情形，那是必須建立並維持一種真誠的友誼，並要取得他們的信任而後可。應當向他們施行教導，不但關於性一方面，同時要建立起高尚的純潔與義俠之理想。要解決性的難題，不能單從性的方面下手；因爲性的教育是交織在思想與行動的各種教育之內的。我們若能使孩子的腦經裏充滿了有用有趣的自然科學，美麗動人的文學，及勤奮上進的美德，那都是防免性的錯誤之最妙辦法。





第十二課

禮貌與仁愛

禮貌之於人，猶如敬畏之於上帝；此二者都能使兒童對於父母有正當的態度。禮貌是由衷心發出的愛之表示，比恭維更有價值，比客氣更親切。它是由於關心他人福樂而起的一種有思想的表示。因此，真正的禮貌，只能從一顆善良的心發出。如果我們要收穫禮貌，我們就必須培植愛心。

榜樣

我們不能只憑着命令來教導兒童要有禮貌。榜樣的感化力是比較教訓更見有力。我們自己爲人如何，我們的感化影響所及，我們的兒童也要變成怎樣。我們是自然而然地希望見到自己的兒童有禮貌。這禮貌不但是使他們自己得到便利，同時也是造福他人。然而我們卻當切實曉得，他們是要在有意或無意之中效法我們的。因此，我們最要緊的

事，就是要在社交來往上，注意自己的禮節。也許當我們發覺到在自己的行為上，竟有許多痛心的缺點，正如同自己兒童所行的一樣之時，不免要大嘆一聲哩！

我們平常是怎樣對自己的兒童說話呢？在我們要他們作某事或禁止他們作某事的時候，我們是怎樣地對待他們呢？在講話的聲音上是很有講究的。我們是否曉得自己的聲音是柔和抑或是粗暴呢？也許有人會這樣說，『我的聲音真是沒有辦法，我的喉嚨生來就不是一個畫眉鳥。』這話雖是不錯，但我們卻也希望他的喉嚨生來就不是一個粗殘的老鴉纔好。但如果他真是這樣，那麼爲利人利己計，他最好是不要長此爲然。我們都曉得，一個人若是成爲可愛的時候，他的聲音也要成爲可愛的。禮貌乃是從心中發出的愛之表示。我們藉着每天與耶穌談話，藉着閱讀福音書中關於祂仁德慈性的紀述，然後我們也許會像祂一樣地被人稱讚說，『從來沒有像祂這樣說話的。』我們藉着練習，是會使聲音柔美悅人的。

## 慈祥的嚴正

我們發出命令時候的態度是否愉快的呢？也許有人要說，發命令是常要用嚴正的態度纔行。然而我們若是在發出命令之前，能詳加考慮，並在發出之後，也是接着去看他

們順從實行，那麼，嚴正的態度盡可以不必常用了。同時，兒童也養成了奉命即行的習慣，尤其是在你愉快地告訴他時，他也要更敏捷樂意地去實行了。雖然這樣，但我們也得承認，在有的時候，嚴正的態度確是必需的。請問我們的嚴正態度是像無道暴君那樣的喜怒無常呢？抑或是出於愛心的決定與操縱而發呢？須記得，我們若要作出嚴正的態度，那是無需乎大發雷霆及惡言厲色的。

有時作父母的人在發命令的時候，很容易冒火動怒，這乃是一種病象，表示他們在身體上有病，或精神上有病，或是身體精神兩方面都有病。作父母的人若是言語暴躁和脾氣易怒，這是表明他們需要一種更合適的飲食，需要一場神經上的復興，尤其是要緊的，就是需要藉着自然界，讀經，及祈禱上，與上帝更多來往。如果我們留心上帝的律法，祂是會痊愈我們精神上及肉體上的疾病的。凡是信奉基督的父母，的確是不應該具有暴跳如雷的精神，去怒罵鞭撻自己兒童的。

## 克伏困難

往往小孩子會起疲倦，吵鬧，和不耐，尤其是在黃昏的時候有此情形。作母親的人自然也是在忙碌了一天之後有此現象，然而她卻是年紀大而智慧多，可以勝過這種困

難。這就是她的特權，要保持一種喜樂愉快的精神，說話慈愛而有禮貌，並使兒童的腦經生出更快樂的精神。如果他們有其需要，不妨讓他們去睡覺；但在普通的情形說來，他們在未睡之前，也許還有些家務要他們去作的。作父母的人是能夠而且也是需要在這沉悶的空氣中，說出有精神，有愉快，及有希望的話來。這種發出自己的精神來使別人得益處之舉動，真可以算是禮貌的首要元素。

### 慈愛的話

當你要叫小孩子作何事的時候，要說「請」字。及至他把一件事情做完了，不論是他自動地去做或是你吩咐他作的，你都應該對他說，「親愛的孩子，謝謝你。」有許多父母只想在客人面前要自己的兒童表示禮貌，卻忽略了自己在家中對於兒童也應該有禮貌。除非兒童在家庭中已經慣於對家人表示禮貌態度，那麼，你要他在生人面前表示禮貌，那是很難辦到，而且往往是反而會大失面子的。你且試試看，在某一時期中發命令或要求兒童作事時，注意及自己是否說了這些慈愛的話。也許你會覺得自己是不容易注意及自己，那麼你只要觀察兒童是否用這些話便曉得了。原來，在你說的時候，他們是也說的；何時你沒有說了，他們也就不說了。

## 怎樣應付反對

在小孩子對於父母的每一聰明命令肯順從實行的時候，我們很容易體念到孩子的權利與感情的。但到了小孩子頑強不聽話的時候，一般作父母的人總是多麼常常地會顯出一付兇狠的臉色來威嚇他們阿。這種態度用來對付大人乃是不行的；我們又怎能用來對付兒童呢？「因為我們是他的父母，所以他必須順從！」這種想法是無理由的，並且這種辦法也是不能取得有價值的順從。論到小孩子之所以要順從父母，其理由乃是因為他的體力及智力都不及父母，明白地說來，就是在此時若讓小孩子自己去作主，那麼他是會變壞的。我們雖是能鞭打小孩子，使他順服，然而他那反抗的心卻決定，何時一有了力量就要推翻這回事；這樣一來，這種過失是長種在他的心中了。作父母的人也許是一時佔了上風，但到底是失敗了。

有時作父母的人不免要同孩子的心意碰頭，然而越是聰明的父母，他們也就越少這樣行。無論你是否同情於孩子的心意，作父母的總要保持不失禮貌。「你們作父親的，不要惹兒女的氣；只要照着主的教訓和警戒，養育他們。」（弗六章四節）我們要對待小孩子如君子，照樣他們也要待我們如君子了。

## 問 安

在早晨起身之後，見到家中的每一個人之時，你總要不變地說，『早安。』你要說得愉快，而且說得有精神。一聲含含糊糊的『早安，』那是使一早上都不安的。你應當振作起精神來說這句『早安』的話。幫助你振作精神的方法，或是去沖一個冷水澡，或是練一練柔韌體操，若是有胃病，便應設法除去之；若果是良心不安，就當祈求上帝赦罪，以便精神飽滿地向家人說聲『早安，』並教導自己的孩子們也說這話。

晚上要說『晚安。』切不可對家中人一聲不響地就上床去睡覺。臨睡前的親嘴，真是一種奇妙的動人心情的方法。你的小孩子雖然幼小，若能讓他用小手緊緊地圍攏着你，在你的臉上親嘴，那真是人間最甜蜜不過的了。他對你所說的『爸爸晚安，媽媽晚安』的話，將要縈迴在你的耳中長久不散的。但願我們彼此切不可忘記了說『晚安。』

## 教導會客的禮節

應當教導孩子對於遇見熟悉的人要快樂地問安，並怎樣歡迎他們進到家裏來，使他們覺得舒適，端椅請他們坐，替他們掛衣掛帽。教導他們在要從一羣同遊的朋友中抽身

出來的時候所該說的客氣話，以及去拜望人家後的告辭話。小孩子到了六七歲大，無論他是怎樣怕羞，你還是應當把家庭中的禮貌教導他。要教導這些禮節，有一個好方法，就是你在家中可同小孩子練習幾次，和他們玩幾回接待客人的遊戲就好了。

### 『請原諒』

當你走路時無意地撞了小孩子一下，或是踏了他一脚，這時你切不可忘記了要對他道歉，說『請原諒我，』或是『對不起。』說的時候要誠心，並在聲音上表示出懇切的態度。如果你是馬馬虎虎而似乎是出於習慣性地說這些話，那麼小孩子也要學會了在有錯的時候無心無意地隨便說了。我們不要只留下榜樣就算數了，同時還要教導他們在說這些話的時候也要表示出心中的憂悔來。此外也要用榜樣和教導來使他們知道，在被人道歉的時候，要和悅地回答說，『沒有關係，』或『不妨事。』這些有禮貌的話，會使人彼此之間的來往道途平坦，對於所進行的事業有大幫助，並維持兩人之間的善意。



一個人所行的錯越甚，他就應該越誠意地表示出更深切的歉意。如果你有一件事得罪了孩子，你就當向他認錯，請他赦免。切不可以為這樣會減低你的身分；反之，你的兒童卻會因此而更敬愛你的謙卑與忠厚呢。如果你能這樣行，你就能順利地教導兒童會向別人道歉請罪，並會饒赦別人的罪，正如天父饒赦他們一樣。

## 稱讚

誹謗人很容易；而稱讚人却又是何其少阿！不錯，稱讚人也是不應該太過分；我們是不應該使孩子受了過分的稱讚，以致成爲傲慢的。但在孩子行爲正當良善的時候，我們卻實在是應當向他們表示誠心的感激和讚美，正如同他在做錯的時候，是應當受責罰一樣。我們對於孩子不要只是『有過必罰，』同時也是要『有功必賞。』我們應當看機會，給他以適量的稱讚，褒獎他的善行，清潔，忠實，勇敢，仁愛等，正如同聖經上說的，『若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，這些事你們都要思念。』（腓四章八節）





第二十二課

幾種美點及幾種過失

人生的美點，乃是由於各部功能有正常的作用中發出；若是這些功能誤用了，紊亂了，那就使人生有了各種的過失了。如果你要自己的兒童，免陷於慘痛可悲的過失中，你就必須給他充分的機會，鼓勵他善用自己的功能，並指導他的傾向趨於正軌。單是用禁止，那是不能生效的；我們應當採用積極的，正面的領導法，領他趨入正道纔是。

注重健康

有幾條自然律或條件，管理着兒童的生命，並使之有生氣。其中第一要緊的，就是健康，這意思即指身體上的各部功能，都有良好的境況，並有正當的作用而言。一個康健的兒童，好似一艘乘風破浪的輪船，你可以引導他到你所要他去的地方。兒童若失去

了康健，那就像船破鏽斷，無用無能了。我們應當維護兒童的健康，這乃是管理兒童的主要條件之一。

## 天真活潑

第二條件是天真活潑。身體與腦經上的活躍，大部分是在乎他有健康的身體。一個健康正常的兒童是極活動的，比一般成年人更加活動。這一點事實，是每個父母所應當認清的。很可惜兒童有許多的過失是直接由父母而來的，這是因為該父母還不明白這一條律法，而強迫兒童成爲不活潑，叫他『不要動』所致。我們應當曉得，活潑乃是健康的記號和成功的表徵。凡是開明的父母，必要適量地鼓勵他，並爲他找正當的出路，讓他發揮身體和腦經中的活躍精力。

## 保爲已有的精神

第三條定律，就是貪得的心理，心中存着佔有的慾望，想把物件歸於自己。這乃是每個正常的兒童所常有和必有的精神；有了此種精神，將來纔有成家立業的希望。然而在此點上，我們不但訓練兒童要設法增加財富，同時也要訓練他善用這些財富來施惠他

人，此外更當注意的，就是要教導他勿侵犯及他人的權利，並盡力向不自私的路上行。

## 幻想力

兒童的第四種特性就是幻想力。這是人類的腦經運用思想，去想像過去的事或計畫中的未來之事。賦有豐富幻想力的兒童，其成功立業的可能性是很大的。雖然這樣，但兒童的幻想有時也許會想入非非，也許會構成過失，所以作父母者便當注意，盡力使他除掉爲非作惡的念頭，並更進而鼓勵及領導他的幻想力趨入正軌纔好。

## 好奇心

人生的第五條律法爲好奇心，亟欲尋索未知的事，發現祕密，解決玄妙。好奇心乃是勤學好問的源泉，科學界的探險家，實用知識的婢女。好奇心若是用得不適當，或是強被壓服，結果就要釀成種種的過失，使父母及全社會蒙受極大的禍害。這些過失的造成，大半是由於父母沒有好好地領導兒童的正常合法之願望，去尋求真理及合適的工作所致。因此現今爲父母者的最大需要，就是應當研究怎樣應付，怎樣滿足，及怎樣運用兒童的天生好奇心；若能如此，那就必建設起他的知識與能力，而不至於養成了許多極

不愉快的惡習了。

## 不肯安靜

人的年紀越大，就越會變成安靜沉默。成年的人可以一氣坐上幾個鐘頭，讀書，研究，默想，寫作，繪畫，而不會想去翻筋斗或動手動腳的。但一個兒童卻完全相反了，他是不停地要活動。他的注意力集中的時候很是簡短，即使是極有興趣的非常之事，也只能使他安靜不到一會兒。他的好動心很強烈，他一定要積極活動。行動多於思想，道原是兒童的一種特性，男女兒童無不皆然，尤其是男孩子，在嬰兒時代過去之後，比女孩子更加愛活動。

兒童的不愛安靜，雖是常使父母及教師感到麻煩，但這卻不是一種過失。其所以成為過失者，實應歸咎於家庭的環境及學校的作業表，因為它太限制兒童的活動了。這種情形是與那愛活動的自然律相反的，補救之道在乎多給兒童以運動的機會，或是使精神教育與身體教育合併舉行。強壓住兒童的活動，就好像是把蒸氣機的安全瓣關閉，結果將不免於爆炸，而成爲無用。因此我們不但不能責罵兒童的不肯安靜，反而要盡自己的力量去爲他找合式的工作，使他可以運用自己的精力。

## 破壞性

一切兒童在某些時候都會顯出一種破壞性來。有些小一點的孩子，會故意地把玩具打破，許多大一點的孩子，卻會把花園踏壞，用刀子或鞭子把傢具毀損，把門窗弄壞，以及諸如此類的事。

這種破壞的精神，有一部分是由於兒童的強烈衝動而來；他要擊打東西，怎麼不可以把小囡囡或玩具車拿來擊打呢？他要拋擲石頭，怎麼不可以把那閃閃發光的玻璃窗當作目標呢？他要奔跑及扭打，何必要注意及人爲的界限，還管它甚麼是路不是路呢？有時這種衝動是由於好奇心所起，因為他不知道，而又想要知道這種冒險的行動究竟有何後果。還有一種動機，就是他想要博得人的注意；他很快地便曉得，若是打破了一些東西，總會引起人的注意，並且接着而來的刑罰，也是更能令人動心。這種破壞的精神，往往也是由於報復心而起，小孩子不喜歡甚麼人，他就要向那人施行損害。此外，在破壞的工作中，有一大部分是由於兒童的年幼無知，沒有人向他說明東西的價值；如果有人告訴他，他所輕易破壞的東西，是要費了多少的光陰，精力，及金錢纔能造成，他以後也許就要減少許多的破壞了。

兒童的年齡稍長，這種破壞的精神也就日見消沒了；然而我們若能設法，盡量使兒童去補償他所招來的損失，則他這種精神必可早日大見減少。對於年紀小一點的兒童，他若故意把玩具弄壞，你就不必再給他去買新的，而只給他幾件家製的玩具，尤其是他自己能親手幫忙製就的，那是比買許多件價錢貴的玩具好多了。年紀大一點的兒童，把衣服撕壞了，就應當給他穿縫補的衣服，那是比買新的更好；即使是父母有多大的力量可以再給他買新的，也是不要給他買，並且還要叫他自已縫補，因為這是對他大有幫助的。如果他把玻璃窗或別的東西弄壞了，就當叫他作工，得工錢為賠償，使他曉得自己所輕易破壞了的東西是要出何等的代價纔能得到。我們應當為兒童計畫合式的工作，使他的光陰精力可用在生產的工作上，並且在他最幼的時候起，就使他養成一種悟性，知道東西的價值，以致能更加細心愛惜，而少有破壞的工作。關於這種訓練，尤其是在鄉間的兒童易於受教，因為他的精力在該種的環境中很可作最善的發揮的。

## 發脾氣

因為心中的希望遭了阻壓便大發起脾氣來，這原是兒童的一種特性。他的意志越是強烈，以及所遇的挫折越大，他所發的脾氣也就越厲害。這種經驗往往是在嬰兒時代就

開始了。那時他大吵大哭，摔打自己的小身體，直到他的要求或期望得到滿足。這種情形若非加以矯正，將來就成了他人生的一種慣例了。到了作小孩子的時候，他會尖聲絕叫，倒在地上，兩足亂踢，兩手亂打自己的頭，並且打擊凡接近他的人。這樣的孩子，在與別的孩子們一齊遊玩的時候，他們看他是個煩擾者，逃避他，但卻不怕他，因為他在發脾氣時失了控制，以致他的亂打亂踢並不十分生效。到了青年的時候，他就變成了易怒，苦悶，嫉妒，暴躁的人，並且不能保持友誼。接着而來的，就是他的精神智力多少要成爲不均衡的，而違法與犯罪便往往是其後果了。

發脾氣的原因，有時是由於遺傳的神經不寧症而來，有時是由於管理不良，及環境與交遊不善所致。救治（或可說是預防）之法，約有兩端：第一是改善那不愉快的環境，第二是訓練他自制。

兒童的要求及願望，若是合理合法，就當予以認可，若是不合理，就當予以拒絕，盡量向他理論明白，並要堅持父母的決定到底。在他當嬰兒的時候，應按着所規定的生活時刻表生活，不要理他額外的要求。在他作小孩時，應給他合適的工作及遊戲，父母也要與他作適量的結交。過度地監視他，尤其是干涉他正常的活動，那便會直接地惹動了他的脾氣。我們應當讓他有些時候可以獨自過活。在他發脾氣的時候，不要理睬他，

讓他自己孤居獨處，那是比給他施行體罰還好。有些小孩子挨打一頓便可見效，但大多數的情形，還是給他孤居獨處，聽其自然更好。從小孩子一方面看來，發脾氣而能得到人的注意，那就是他的成功，但若是無人理他，讓他自己去自拉自唱，那就要感到無聊了。這樣看來，暫時讓他過孤獨的生活，那倒是給他一個好機會，可以學習如何自己約束自己了。

最要緊的還是家庭的空氣，應當是安靜而愉快，有沉默而公正的決定，而不要引起激烈怨恨的刑罰。父母自己發怒，最會惹起兒女的脾氣；除非是父母自己改良脾氣，則兒女是不能改良的。教導兒童學習自制的妙法，就是父母自己能自制。

## 遺 忘

兒童是會遺忘的。他們忘了把自己的東西——鞋，帽，衣服，書本，傢具等——放在原處，也是會把它們隨放隨忘而去東找西找。他們忘了在進屋子前要把腳上的土踉乾淨，忘了隨手關門，忘了用左手端碗右手拿筷子，忘了要在人背後過路而不要在人前直撥，忘了在課堂裏不要交頭接耳，忘了大人所吩咐他們要作的事情，忘了按時候回家。小孩子們真是健忘的，然而一般大人又何嘗不然呢？你可曾見過一些忙人，忘記了替妻



子寄信，忘記了在家時順路帶一包洋火，或一團洋線麼？你可曾見過一些主婦，上街買物時忘記了商號的名字，或是把張三的事弄錯到李四的頭上麼？如果你的兒子請你代記他朋友建德九個月後的生日，或是你的女兒請你在十點鐘時替她的洋娃娃餵些水，請問你的記憶力可能有把握嗎？

我們會藉口說，有許多更重要的事要做，顧不了這些零零碎碎的小事。可是小孩子也是有同樣的托辭。人的注意力總是注重於對自己重要的事物。在大人的生活上，有許多需要注意的大事，但在小孩子的生活上，也有許多他們所要注意的事物。現今所發生的不平等現象，就是大人可以強迫兒童去注意大人的事，而小孩子呢，卻只能請求大人去注意他的事而已。

我們應當饒恕兒童所犯的許多遺忘的過失。凡是他們天然興趣中所沒有的事物，我們不要叫他們多記，同時在我們所要叫他們記憶的少數幾件事上，則應當採用非常特別的方法，以便加深他們的印象。此外，我們自己也當更多注意他們所感覺興趣的事物。在興趣融洽之中，父母與子女彼此更見接近，相互進入到對方的世界中，而此後彼此間也就要減少了許多的遺忘毛病了。

## 不 注 意

幻想力強的兒童，常會現出白天作夢的情形，這很是叫作父母的人常起怨言的。這種兒童，往往是心神恍惚，不注意聽人向他所說的話，在穿衣服和脫衣服時虛費時光，動作緩慢，在工作的時候心思外誘，在上學或回家時，常會耽擱遲延。不注意工作本分及極度遲緩實行本分，這乃是一種過失。在兒童時代若不除掉此種過失，而至於在成年時代的生活上仍有了此種過失，那是極會威脅及他的成功的。

在此種過失上，往往是要多歸咎於父母。父母若是吵罵太多，講話太多，或過於急躁，結果就使自己的兒童不注意及不順從。父母若是過度地催趕兒童，追他快快地作事情，便不免常使兒童力不能勝。一切兒童，以及一切大人，都不能同列於一格的。我們不能因為一個兒童比別的兒童較笨，在身體及思想上動作得較緩，便鞭策他要追上別個兒童之列，因為那樣行乃是無理由的。他也許是像一輛貨車而不是一輛賽速度的車，但卻能載重致遠，向人作重大的服務。我們應當研究各個兒童所稟賦的資質，而按其才幹分別委派工作。最要緊的，還是大人在言語及行為上不要顯出急躁不耐煩的精神來。

還有一個必要之點應予以注意的，那就是要培植兒童的健康。如果兒童在體質上有

甚麼缺憾以致不克履行責任本分，父母就當發現之，救治之。每個兒童應當按期作詳盡的體格檢查。如果兒童的食慾很好，睡眠及運動很充分，身體重量也很足夠，那麼他有合適的基礎，可以作正常的活動了。我們應當給他工作，使他發生興趣。在選擇工作上，應當注意及他的天性傾向，工作的報酬，及有益的伴侶等條件。只要能引起他的興趣，他是可以受教去作正常的活動的。

我們也當注意及家常生活表，酌定充分的時間給兒童去實行各項事。休息有時，起身有時，吃飯有時，工作有時，遊戲有時，娛樂有時。如果他穿衣服需要十五分鐘，你就當定他用十五分鐘穿衣，而不要讓他費二十分鐘。但同時還須記得，穿衣服也正像別的事情一樣，熟能生巧，速度可以日漸增加的，對於年輕點的兒童，父母應當滿面春風地幫助他，使他加速及更準確。我們若能用敲鐘為號，與兒童作比賽速度的遊戲，那是很會幫助他的。

最後，當兒童一面作機械式的工作而一面出神的時候，我們不要過於驚醒他。也許他將來會成一個大發明家或大藝術家，這是有誰能說定呢？我們應當盡量給兒童尋找那能徵集他興趣及能引他注意的事情給他去作。同時我們也要親自與他一齊工作，和他結交作伴，結果就可切實勝過困難，並能得到報酬的。



## 嗚咽

### 第二十三課

# 幾種過失及其矯治法

(續)

在小孩子所養成的最討厭而最喫力的各種惡習中，有一種就是嗚咽。嗚咽的主要原因，是身體不健康，或是不舒適。小孩子在消化不良，感染疾病，慢性的衰弱，及傷風受涼等情形中，是很喜歡嗚咽的，尤其是在母親的過度痛惜委婉的聲色之下爲然。

矯治之法，最主要的就是要培養康健的身體。如果這種過失是出於不良的習慣，就應當加以革除。應當按時進食，在兩餐之間不可喫零食。睡眠應充分，須記得小孩子每天要睡十四小時，到了八九歲時需睡十小時。不合理的興奮，睡眠不足，少活動，結果就產生了焦躁不乖，嗚咽便成了其徵狀之一。

小孩子周圍的環境空氣若是愉快的，那是大有奇效的。如果母親及家中其他分子都是喜樂的，充滿陽光及歌唱，那麼健康的孩子也會具此同樣精神的。惟有快樂纔能生

產出快樂來。

對於小孩子嗚咽而施以體罰，那是害多益少的。讓他孤獨而不理他，有時也許是有益的；但若是小孩子嗚咽的根本原因是出於身體不健康，那麼這種置之不理及忽略治其病痛的办法，便要成爲最下之策了。若是他的嗚咽是偶然的，不是習慣的，我們也許可以置之不理，但最好的辦法，還是用喜樂的面色及聲音，去使那愁苦的小孩之心靈也得到喜樂。一個家庭中充滿了不滿，暴躁，爭論，不和諧的精神，那就招引來了嗚咽與吵鬧；反過來說，一個家庭若充滿了喜樂及勇敢的精神，那就培養了小孩子的精神，可以抵抗人生的各種禍患了。

## 自 私

有些小孩子具有比別人較強的性情，要佔得東西爲己有。有些小孩子，越是受人愛憐及同情，便越會變成自私自利。他們越來越強橫，要把別人的東西佔爲己用，要佔最



優的地位，要得最可羨的玩具，要得人的最大注意。

訓練不自私的方法，就是讓他去同別的人一齊過生活，使他學得一種教訓，誰若是蠻不講理，那麼大家也就對他不講理。小孩子是必須有遊伴的，在這些遊伴之中至少必可把他的自私性砍伐掉幾分。小孩子之間的口角爭吵，往往是起因於一兩位的自私行動；這種爭吵很是叫做父母的人感到痛苦，但若果父母是賢明的人，他就會讓小孩子們自己去解決其爭執，不去干涉他們；只是從旁指導他們看明甚麼是合理及不合理，並且鄭重地把真理啓示他們說，「如果你不給別人，別人也就不給你。」雖然這樣，但有時一位意志頑強的孩子，在一羣比較弱小的孩子陣中作王作霸，似乎是成了一個小暴君，在這種情形之下，我們應當把他和別的孩子隔開，不讓其在一起，如果可能的話，便將他放在另外一幫比他更頑強的孩子之中。

不自私之服務及樂意施捨的精神，正如同渴望佔得的精神一樣，都是可以教養的：第一，是在乎父母的榜樣；第二，是特別注重於施捨，例如節日及生日的餽贈，尤其是要將那「施比受更爲有福」的真理教授他們；第三，是常常述說那顯明愛心服務原理的故事。這一類的故事，歷史上是有很多的，如路得的故事，耶穌的故事，左伯桃及羊角哀的故事等等，都是在教育兒童的腦經上大有助益的。

## 偷竊

由於貪得無厭的結果，接着就會有一種拿取他人之物的過失。小孩子生來是沒有甚麼『物各有主』之感覺的。在他稍有知識的時候，他覺得這個世界乃是屬他的，在他的心中有了天然的慾望，盡他所能抓得到地把東西撈過來，甚至於哭着想要把月亮從天上摘下來呢！他必須受過強硬的打擊，纔曉得原來還有別的人也是需要東西的，同時他也必須認識了物各有主的規矩。自然啦，這種認識是要慢慢地來的。胆大一點的孩子，他是公開地把東西撈去，並且因為他的公開行動會立刻被人矯正，所以他就更容易於領會物各有主不可亂拿的道理；但那些胆小而有怕心的孩子呢，他們卻為避免失敗起見，便偷偷地把東西拿去了，這種行徑我們常稱之為『偷竊』。

這種小孩子需要人給他簡單明白的教訓，說明物各有主不可亂拿就行了。作父母的人必須向他說明，他所拿的東西不是屬於他的，並且要陪他去把那東西置還原處。如果他所取用或破壞了的是食物或別的東西，那就應該盡可能地叫小孩子自己要賠償；叫他作工得錢來賠償，那是比你平白地給他錢更好得多了。這種教訓也許要實行好幾次，然後他纔能領會，所以作父母的人在此事上便該忍耐教導，使他清楚這個道理。

但還有一點是我們應加注意的，那就是在許多時候，小孩子之所以行竊，乃是由於他的享受太少，或是他所得到的待遇不公平而起，因此，作父母的人便應該在可能及合理的範圍內設法滿足他的願望。例如，你能給他很多的水果，他便自然不會受誘惑去偷一個蘋果了。再比方，他想要去偷一面鏡子，其動機也許是切望要得到一些東西作為自己的財產，在這種情形下，你若給他一角錢幣，他的希望便得滿足，而不至於去偷鏡子了。明白事理的父母，是能用簡單的方法及充分的愛心，去滿足兒童的大願望的。

## 頑皮

怎麼叫做頑皮的孩子呢？一個小孩子動手動腳，作大人所不要他去作的事，他就被叫做頑皮的孩子。他從媽媽做女工的筐子裏把線團拿來纏得亂七八糟；他把一桶水倒在頭上，或是把一瓶墨水翻倒地板上；他在煤堆裏挖掘，弄得一頭一臉像鬼一樣而自鳴得意；他把門關閉，將貓尾巴夾在門縫裏，而自己卻站在旁邊看牠的呼號喊叫為樂。這到底是怎麼一會事呢？說來倒也簡單，那只是大人沒有指導他運用其精力在造福他人的事上吧了。

要救治這種頑皮的過失，其辦法就是使他那活動的小手小腳忙碌在安全而有趣的各



種實驗工作上就行了。不錯，這是需要功夫與注意的，並且越是愛活動的孩子，也是越要多加注意的。然而在事實上說來，我們也不能否認，這種頑皮的過失，其咎是多在父母身上而少在兒童身上的。作父母的人，若能預備幾種簡單的物件，例如一堆沙，一個沙箱，一個淺的水池給他釣魚，一塊圖畫板或一個顏色盒子，一把鈍頭的剪刀及一本舊的電話簿給他去剪裁，一張作工的板凳和幾件簡單的工具，再加上充分的伴侶友誼及教導，便可使他的好奇心趨於正用，這樣地繼續進行下去，他的頑皮過失也就會逐漸地消失了。

## 擲揄

擲揄（即惹人惱怒）乃是小孩子的淺薄嘗試，想要研究人的心理而已。在他看來，能惹一個人暴跳如雷，那是極有趣味的，正如同一個心理學家注意人對於某種宣傳所起的反應一樣有趣。他採用各種的方法來實驗，所見到的反應越多，也就越發有趣於各種的實驗。

對於這一種孩子的需要，就是施以教育，使他曉得甚麼樣的結果是有價值或無價值的。他也有時也許可以從他所擲揄的友伴上獲得這種教育。例如，他在擲揄小李的時候，

被小李賞了幾記耳光，使他覺得丟人和疼痛，這樣，他也許自己會下一結論，斷定此種行動的反應乃是不好的。反過來說，如果他擲揄阿丁，並得了使阿丁流涕痛哭的結果，那麼，他也許下次還要再來一次這種實驗呢！作父母的人也許是無法完全除掉小孩子的擲揄過失，但他卻當盡量使小孩子的擲揄以不惹他人的惱怒爲限。例如那喜歡搯人的小孩子，或可由父母用手來搯他一下，叫他曉得搯人是不對的。再如一個男孩子喜歡把他妹妹的玩具吊在高高的架子上，那麼大人也許可以把他的球和球拍也放在高櫃子裏不讓他玩一些時候，叫他看出自己的不對來。

但總而言之，對付擲揄的最實用辦法，就是鼓勵那被人擲揄者振起精神來，向那擲揄他的人反攻。如果你能幫助那被擲揄的孩子，使他不顧人的擲揄，並容讓他去抵抗那擲揄他的人，那麼，這場擲揄就會失去不少的興趣，而以後就不再常有了。一般地說來，懶惰的孩子是喜歡擲揄人的；因此，作父母的人便應當先事預防，使他的好奇心與精力都能有適當的運用，正如前題所討論過的一樣，那麼這種過失也就會漸見消滅了。





第二十四課

兒童習慣的造就與改革

種田的人，最怕野草。麥，稻，蔬菜，這些有用的植物，你稍不小心，或碰傷了它一根梗子，它就會死；只有那討厭的野草，無論你如何對付它，只要它在地上有一線的根苗，就會生長。你若不立刻將它剷除，它在幾天之內就能蔓延各處，將周圍的植物纏死，而且它那縱橫在地下的根，也不容易除盡。

我們的好習慣像田間的植物，種植愛護，猶恐不及；惡習慣猶如野草，剷除斬拔，絲毫不可遲延。好習慣的養成和惡習慣的剷除，都必須在兒童年幼之時下手；否則，等到兒童長大，惡習慣已根深蒂固，難以剷除，好習慣也就無從容身，不易栽種了。

我們在一種情形之下，常做一件事，久而久之，只要遇到這種情形，不用思想，我們就會做這一件事，這就叫做品格，也稱為習慣。譬如我每逢聽見人說我的壞話，就要拔出拳頭來打人，久而久之，我就會不知不覺地拔出拳頭來打人，這樣，打架便成了我

的習慣和品性了。

習慣不但關於人的行爲，也包括我們的思想，言語，和我們對於世上一切事情的態度。像正直，剛毅，清潔，和平，節制，忍耐，都可以說是習慣，同時貪心，怨恨，紛爭，毒恨，奸詐，盜竊，也都是習慣使然。一羣孩童在路上放學回家，大家同時看見一位年老的婦人滑跌了一跤，大半的孩子就拍手大笑，有幾個孩子却上前把老婦扶起，設法慰撫她。這兩等孩子的不同點在那裏呢？就是他們的習性不同而已。一等孩子是慣於譏笑人的，一等孩子是慣於幫助人的。

好習慣生了根，就成爲好品性；惡習慣生了根，就成爲惡品性。有好品性的人行善和有惡品性的人行惡，都是自然的，不知不覺的，不費甚麼力的；習慣的重要，就在乎此。像那些慣於幸災樂禍的孩子，看見有人跌了一跤，只知道拍手大笑，想不到自己應該怎樣去幫助他，而那些慣於幫助人的孩子，見人遭了苦難，也只知道去幫助他，從不覺得有甚麼好笑的地方。做父母的人，若能在一切事上留心，使兒女從小養成良好的習慣，同時若發見有甚麼不良的習慣，就趁這習慣還未生根之時下手除去，那麼他們就能使兒女終身受惠，勝似繼承萬貫的家財了。

## 怎樣養成好習慣

(一)練習 兒童的腦經，好像一塊白玉。他做了一件事，——無論好事壞事——受了一個印象，就像我們用刀在這塊白玉上輕輕地刻上一條紋絡。過了幾時他再去做這同樣的事，就好像我們用刀把這條老紋刻得深一些。以後他每次去做這件事，這條紋絡就更深一些。所謂紋絡，就是習慣，養成習慣的第一個原則，就是練習。一件事情多做了，就成為習慣。我們要使孩童養成良好的習慣，最好的方法，就是使他們多練習良好的事。習而慣之，就叫做習慣。

有一位母親，每次吃飯之前總要叫孩子們去洗手，每晚睡覺之前總要叫孩子們去洗臉漱口，後來她的孩子，都有這兩樣清潔的習慣。又有一位母親，把家裏的雜務，如掃地，揩玻璃窗，洗碗等等的事分派給她的孩子們，叫他們天天去做，孩子們就從此養成了殷勤和幫助人的習慣。

(二)愉快的感覺 要使孩童作一件事，必須使他們歡喜作。譬如，上面說那一位母親要孩子天天洗手洗臉，但孩子若是覺得這是麻煩的事，不肯去洗，那麼她即使使用強迫的方法，也不能使兒童養成清潔的習慣。所以要使孩童常常去作一件好事，須使他對

於這件事感到興趣，作了以後有一種愉快勝利的感覺。有一位母親就做了一個『清潔表』，貼上幾個報上剪下的圖畫，如小孩在那裏刷牙，洗臉，或手巾，肥皂等等。她把這張『清潔表』釘在牆上。每個孩子在吃飯前洗了手和臉以後，就可以在自己的格子內貼一個紅星或用紅筆劃一劃，表示他在這一天內已達到了清潔的標準。因之孩子們就非常高興地記着洗臉，洗手，刷牙等事。有時偶然忘了，甚至會哭起來。

鼓勵孩子的方法甚多，清潔表不過是千萬種方法之一。孩子的小心靈中，充滿了求大人喜悅讚賞的願望。我們應當以機智體貼的方法，在孩童作了好事之後，不忘記給他們一種愉快成功的感覺；不論一句輕輕讚賞的話，或是一個獎勵的眼色，都能給他們以莫大的鼓動力，推他們向正直光明的路上走去。

(三) 暗示 張媽對她八歲的孩子蓮兒說：『今天有客人要來，你若是做一個好孩子，不要哭，我就給你兩個銅元。你不要像上次叔叔來時那樣到廚房裏去抓東西吃，也不要爬到桌子上去。』蓮兒暫時答應了這個條件，拿到兩個銅元。但是那一天蓮兒沒有過去，他已經哭過，在廚房裏抓過東西吃，也爬到桌子上去過！

周太太也有一個八歲的孩子，那天也有客人要來，她就對她的孩子泳源說：『今天有城裏的陸伯伯要來，他很歡喜清潔的孩子，我已告訴他你是個很清潔的孩子，我想

你一定很歡喜看見他，他也一定很歡喜看見你的。周太太並不給泳源甚麼銅元，也沒有叫他不要作這事不要作那事，但是泳源一聽母親這樣說，就自己去洗臉，梳頭，換衣服，並且幫助母親掃地揩桌子，非常高興地等候陸伯伯來。

孩子極容易受大人的暗示。我們不必吩咐他們做一大批的事，只要用方法替他們造成一個環境，讓他們自動地去做，他們所做出來的，有時就會比我們所期望於他們的更好。張媽使她的孩子覺得客人與他是無關的，並且提醒他許多他所沒有想到要做的壞事；周太太却能用聰明的方法，使泳源覺得要來的客人也是他的客人，同時暗示他所當做的事。這兩個母親所得的結果不同，是因為她們所用的方法不同。

## 怎樣打破壞習慣

(一)用好的習慣代替 一樣不良的習慣既已養成，很不容易除掉；但我們可以另外造成一種好的習慣，抵抗這個壞習慣，使壞習慣漸漸地忘記，終至於被好習慣代替。我們常常聽見父母對孩子說，不要做這事，不要做那事，却沒有告訴孩子甚麼是可以做的，然而孩子不能坐着不動。你既告訴他這也不可做，那也不可做，那末你叫他做甚麼呢？與其叫孩子不可做甚麼，不如叫他可以做甚麼。孩子做了可以做的事，就沒有工夫

去做不可以做的事了。

三個孩子在外面弄泥團，手和臉上都是泥。他們的父親走出來見他們在泥中打滾，就說：「你們來，我纔買一塊紅的肥皂，我們大家來洗手洗臉。」孩子們聽說父親買一塊紅的肥皂，就爭先恐後地丟了泥團，到父親那裏去洗手洗臉。洗好以後，父親又說：「現在你們的手和臉都乾淨了，就有資格可以幫助搬凳子，排碗排筷，預備吃飯。」於是孩子們都覺得這是他們洗淨了手以後的權利，很高興地幫助做事，再想不到外面去弄泥團了。諸位，這位父親用這個方法叫孩子不弄泥團，比較打他們，恐嚇他們，不准他們弄泥團如何？

有一個孩子常常把門關得很重，他的母親每次都告訴他：「門不要關得很重，」但是他每次都忘記，因為他出門的時候，心裏在想別的事，等到碰然一聲，纔想到「門不要關得很重。」有一天，父親在家，他照例碰然地關了門出去了。他的父親並不作聲。過了一會，他又進來，父親就對他說：「門要輕輕地關。現在你可以試一試，我要看你能將門關得怎樣輕。」於是他就練習了兩次，把門關得很輕，此後就不再像以前那樣重重地關門了。

(二)使孩子明白事情的結果 雪兒生性很自私，從不肯將自己的東西分一些給別的



孩子。有一天，他手裏拿了兩塊糖，母親叫他分一塊給鄰家的孩子吃，他却一定不肯。母親當時就去買了許多糖，分給家裏的每一個人，却不給雪兒。雪兒大哭大跳，一家的人也不睬他。過了一會，母親就對他說：「你若待別人好，別人也會待你好；你把東西分給別人，別人自然也會把東西分給你了。」從此以後，雪兒的氣量很大，無論有甚麼東西，總歡喜與別的孩子分着喫，分着玩。

雪兒的母親隨時買糖果分給兒童吃，我們當然不能贊成，但她那種教導雪兒的方法，是很合理的。小孩子雖然年幼，却也很能明理；不過他們的思想簡單，凡事必須有切實的例證指示，纔能明白領悟。有許多父母見孩子做了錯事，並不設法把錯事的關鍵和結果顯示給孩子明白，却一味地亂打亂罵，難怪他們的孩子「越打越強，越罵越傲」。從前孟子不肯好好地讀書，孟母就把織機上的布割斷來比證懶學的害處。她並不打他，也不強迫他上學，但孟子却因為明白自己行爲的錯誤，從此踏上了成爲大儒的路。我們要改除兒童的惡習慣，不可用強硬的手段，但應該設法使兒童見到事情的好壞和結果，讓他們作自動的揀選。

(三) 冷淡的態度 有的時候，孩子做了壞事，他自己並不知道，我們只要能利用一件好的事來代替，他就會把那件不好的事忘記。但往往有的父母，把一件小事當作很大的

事，用刑罰或種種的手段，使孩子對於這件事深深地受了不能遺忘的印象，以後就反而常要去做這種事，終至於養成了牢不可破的習慣。譬如有一個孩子，歡喜到廚房裏去偷東西吃，我們所應取的辦法，就是將一切好的東西在吃飯時放在桌上讓孩子隨意吃，告訴他吃東西應有一定的時候；吃罷以後我們應將剩下的東西放到孩子所看不見和拿不到的地方，那麼孩子就自然不會去吃了。但我們若因他到廚房裏去偷東西吃，就罵他是『賊』，重重地打他，羞辱他，使他受很大的激刺，那麼他這偷東西吃的習慣恐怕要因此更堅固，終至於不能革除了。

總之，教導孩子是一種專門的學問，做父母的只要用相當的方法，見機誘導，就不難使兒女順從自己的主意。若是亂打亂罵，非但不能達到目的，反而是更能失去兒童的信任和敬愛了。





第二十五課

活的課本

阿寶是一個八歲大的孩童，他專喜歡說謊。一天，他的父母把他喊來，要好好地教訓他一頓。

他的父親說：「阿寶，你爲甚麼要說謊？你不曉得說謊是不好的事麼？」

阿寶很不高興，好似被人冤枉了一樣地回答說：「那麼媽媽爲甚麼說謊呢？」

「噢，阿寶，我幾時說過謊呢？」母親很驚詫地問着說。

「媽媽，就是今天，你已說過三次謊了。你答應給我一塊蛋糕，但是到現在還沒有給我。你答應帶我到花園裏去，但是你仍沒有。隔壁的王嬸嬸來看你，你說：「請坐，請坐，」還要她慢去；但是前幾天晚上，你明明地告訴我，你不喜歡她來。」

七八歲左右的孩童，最喜歡學他人的樣，阿寶學會說謊的情形，不過是一個普通的例子而已。學樣最容易的地方，就是在家裏。孩童與父母朝夕在一起，父母的習慣，性

情，就無形地漸漸『傳染』與他；父母喜歡罵人，孩童天天所聽見的是咒罵的話，久而久之，也就會開口罵人。這並不是他生性壞，乃是因為他聽慣了壞話，以為說一兩句也不在乎。這樣看來，做父母的當如何地謹慎，免得有甚麼不應當的地方，給他們的孩童模做了去。

或者有人要說：「誰不知道父母榜樣的要緊，我們在兒女面前怎會甘心做出醜態給他們學，又何必勢你饒舌費神？」不錯，做父母的自然都具好意，不肯故意在兒女面前裝出惡態來讓他們看，祇是在有許多微小的事上，因為沒有留意到，竟而露出『狐狸尾巴』，使兒女們得了壞的印象，而且印得很深，以致從偶然的看見而變成無意的學會，這真是可惜之至！

### 最容易犯的幾種毛病

隣家有個孩子，祇五六歲，很是天真爛漫。一天傍晚，他遠遠地看見他的父親從外歸來，急忙跑上前去，喊着：「爸爸，爸爸，要抱！」孰知他的爸爸因為在外面碰了一個釘子，心裏很不耐煩，竟把他向旁邊一摔，說聲，「滾開！」可憐的他，哭個不住。不過哭還是一件小事，可惜在他小小的心中，從此種了一粒稗子，就是在不快樂的時

候，亦會失去約束，遷怒於人。

我還有一個友人，也有兩個孩子，大的十歲，小的六歲，兇狠異常，看見乞丐來了就把門碰然地關上，還要『懶惰蟲，滾開』地罵個不休。我也常看見他們與旁的孩子吵鬧，並且常把他人的東西搶去撕碎。起初我很不懂，難道他們天生是這樣地兇狠麼？後來我再打聽，纔恍然大悟；原來他們的母親樣樣都好，就是性情不好，又兇又狠，連她的丈夫也常吵罵。這位母親並沒有意思要將她的『脾氣』傳與她的孩童。不過她發脾氣時，忘記她的身旁還有她的兩個愛子，是會傳染她的毛病的。

天下自然沒有甘心教孩童學壞的父母，但是天下却有許多粗心的父母，因為一時的得意，而使自己的惡習被孩童學習了去。有許多家長，喜歡打牌，或是吸煙，或吃零食，或睡晨覺；還有許多家長歡喜播弄是非，在小女的面前說大女的不好，在叔叔的面前講伯伯的短處；更有許多家長，很是畏怯，退縮，不能守信，又很小氣。在他們自己看來，他們並沒有甚麼壞處，況且他們覺得有許多好的地方，足以爲子孫的模範，但在他們的孩童看來，他們的一舉一動都是清清楚楚不可遮掩的。做父母的能有甚麼舉動，做孩童的自然也能有甚麼舉動，所以徹底地講來，父母自己所未注意的惡習，倒是孩子們最大的『絆腳石』，父母以爲不足輕重的壞榜樣，反能使孩童得着最大的害處。

## 當怎樣行，纔能不害我們的孩童？

或者有人要說，「這樣講來，我們當怎樣做父母呢？我們又不是聖賢，怎能無過？我們當怎樣行，纔能保全我們的孩童呢？」不錯，做父母確是一件難事，但是做父母的倘若能夠做得合法，那麼也不頂難。父母雖然不是聖賢，但是父母至少也能做幾件事，來使孩童不受壞的影響。父母所能做的是甚麼事？（一）父母自己中間有一致的行爲；（二）做父母的沒有甚麼不能宣佈的事；（三）答應孩童的事必須完全做到；（四）要孩童所做的事，自己盡力去做。

（一）一致的行動和主張 金生在那裏打球，而且打得很是起勁；母親說，「金生快快回來，不准在外面頑皮，」父親却在旁邊插一句嘴說：「打球對於身體是有益的，讓他在外面玩一下好了，何必喊他回來？」金生聽了，自然不肯遵行母親的話。要是母親所吩咐的話，常受父親這樣的干涉，那麼金生對於母親的吩咐，永遠不會有甚麼重視。做父母的在訓練兒童上，因此不可不抱一致的政策。

父親常因一時的意見，而與母親吵個不休；母親有時亦因父親行爲的不當，而在父親面前埋三怨四。不但如此，做父母的有時竟會因為一時的忿怒，而在他們自己子女的

面前，互相指斥彼此的不是。做子女的正在天真爛漫的時代，聽了父親母親的話，完全吞了下去，信以為真。從此他們對於父母的短處有了一番奇突的認識，父母的話，他們也不再完全聽從，因為他們已經發覺他們的父母不一定是對的。但這還不過是一部份的損失，父母既常彼此爭執，不能互相諒解，孩童在這種吵鬧的空氣中長大起來，亦傳染了吵鬧的病。倔強，暴戾，兇狠，慢慢地成了他們一部分的性情，好好的白玉，從此有了玷污，真是可惜得狠！做父母的讀者，你們要不害你們的子女麼？第一件事，就是你們的中間，應有一致的行動，一致的意見。

(二)約束自己的行爲 據說從前某某地方有一隻狼，專喜盜喫隣近的小羊。一天夜裏，牠聽見附近羊欄裏的母羊到別處去了，沒有回來，就趕忙偷進羊欄，裝着母羊溫柔的樣子，來到小羊的身邊。小羊果然不懷疑牠，牠也很是得意，正待設法一個個地撲殺牠們時，忽然牠那夾在兩腿中間的粗長尾巴，聳了起來，使牠們見了，都駭得亂竄。牠的計畫因此不能成功。

父母們阿，當心你們的「尾巴」！有許多事在孩童的面前最好的辦法固然是隱藏起來，但是有時仍難免露出破綻，不如就此一刀兩斷地爽快穩妥。孩童的注意你們，比你們的注意他們，有時更加嚴密。你們要想他們不知道你們種種不十分良好的舉動麼？最

好的辦法就是嚴加約束自己的行爲。

(三)向他們守約 『孩兒戲』，是我們常聽見的一句話，意思就是『不足輕重』。在有許多人看來，孩童的事，是可以敷衍的，你答應了他甚麼東西，不必堅持你的應許，因為他到底年幼，不懂得甚麼守約不守約。但是做父母最不應有的，就是這種觀念。孩童既然在學校的時代，我們給他處處留下違約的榜樣，以後怎能希望他會守他人的約？更怎能希望他會照着他所答應我們的話去做？況且我們答應了他的事，我們竟不去做，在他的心裏就會起了一種誤會，以爲我們是說了謊；我們做大人的可以說謊，那麼他做小孩的怎不可以？於是他因我們的忽略，從此有了不誠實態度，確是可惜。

我們答應了孩童甚麼東西，祇要換過來一想，以爲我們已答應了某某至好朋友甚麼要事，是萬不可失約的，那麼我們就不致到了時候，受了孩童的質問，而硬着頭皮說，『我忘記了。』我們如果告訴孩童倘若不做某事，我們就要罰他，倘若他去做了，我們就會賞他；那麼時候一到，他還沒有去做，我們就該罰他，倘若已做了，我們就應該賞他，不然他又將誤會，自忖着說：『原來你們所提到的賞罰，雖然說得那樣好聽和可怕，也不過如此。下次我再也不會上當，來聽你們的話了。』

(四)盡力去做 有一位母親要她的兒子去把客廳打掃乾淨，他非但不去，反而嘴



說：「你爲甚麼不去？你甚麼事都要我做。」孩童雖然年幼，但也不願受甚麼虐待。做父母的自己躺在牀上，却吩咐孩童去做這樣做那樣，還要罵他懶惰無用，那麼不但他們留給孩童的榜樣不十分好，並且他們的行動也能使孩童覺着自己是被虐待了，而表示不甘心的樣子。

有人向美國的著名兒童教育家施保庭說：「我的孩子約翰真是懶惰，要他割草他總懶，你一轉身他就跑了。我真不知道當怎樣對待他。」

施先生說：「你去預備兩把鋤子就好了。」

「做甚麼用？」

「一把給你，一把給約翰。你回來時看見草長得很長，就對約翰說，「約翰，來和爸爸一同鋤十五分鐘的草，看誰能鋤得多。」那麼約翰自然會很高興地來。」把孩子看做一個同伴，和他忙在一起，玩在一起，這是愛護孩子最妙的方法。

以上所講的，不過是訓練孩童的幾種辦法。總而言之，做父母的希望要有怎樣的孩子，就當自己先做怎樣的父母，「上樑不正下樑歪，」「有其父必有其子，」這都是確實的話。做正直的「上樑」固是麻煩，但是扶直歪後的「下樑」，那更是麻煩，做父母最好的還是在孩童未「歪」的時候，耐煩耐苦地去訓練他們纔好。

## 怎樣做孩童的朋友

得着兒童的友誼，取得他們的親善和信仰，有四種適宜的辦法：

一 明瞭孩童的用意 有一位父親要他的孩子保培拿一角錢去買筆。過了一會兒，保培回來了，父親問他說：「保培，你筆買來沒有？」

「沒有，」保培回答說。

「錢到那裏去了？」

「買蛋糕用了。」

父親聽了這話，立刻將保培打了一頓。過了一會兒，保培來到母親房裏。他帶哭地說，「媽媽，爸爸以為我不誠實！我在路上遇見阿三，你知道他是多麼可憐。他沒有爸爸，媽媽又在外面做工，不能照顧他。我看見他在路上哭，問他爲甚麼緣故。他說，媽媽做夜工還沒有回來，他沒有早飯吃，肚裏餓。我看他可憐，就拿爸爸給我買筆的錢，買了幾塊蛋糕給他吃。」

要是爸爸明白了保培錢的用途，就決不會打他了。有許多事情確是這樣；孩童的意



思，沒有蒙我們的鑒諒，我們對於他們的用意也不用工夫去研究，却隨便責打他們，他們於是怪我們冤枉了他們，即算他們不在口裏表示出來，但他們心裏總覺着不平，總覺着我們是不會體諒他們的。有了這種隔膜，他們怎會親近我們呢？

孩童的思想和我們的不同，我們年紀老了，做事喜歡沉重，穿衣喜歡端正，走路喜歡一步一步地走。孩童正在天真爛漫的時代，喜歡玩，跳，活動。我們倘若用我們的眼光和思想來定他們行爲的標準，那麼有時很易引起不快的感覺。

接近孩童的第一步，就是使他們知道我們確愛他們。要做到這一件事，我們不可不懂得他們的性情和一切舉動的用意，然後再順着他們的用意和性情來得他們的信仰與親愛。美國施保庭教授有幾句話，很值得我們注意的。他說：「我常發覺有時我對於孩童太專制了。於是我常省問自己：『我爲甚麼要這樣吩咐孩童，要他們做這事或是不要他們做那事？是否因爲我已將各方面都考慮過，覺得他們最好如此呢？還是僅僅因爲我個人不喜歡如此而覺得他們應該也有同樣的感覺？』」這個問題，我們不妨都自問一下。

二 忍受他們的煩擾 父親或母親在外面勞苦了一天回來以後，正想找一塊地方靜坐一會兒，忽然來了兩三個孩子，爸爸媽媽地叫個不停，有時要抱，有時要錢，鬧個不休。在這種情形之下，父母自然容易動怒，但父母動怒以後對於孩童有甚麼影響呢？孩

童下次看見父母來了，不敢再去親近，他們怕又要惹動他們的怒氣。

孩童眼中最大的偉人就是他們的父母。我們常常看見孩童聚在一起的時候，爭論着說，『我的爸爸比你的好，』或是『我的媽媽是世上最好的人。』孩童心目中的偉人，自然就是我們，他們以爲我們甚麼都會做，而且甚麼都肯爲他們做，因此他們有了甚麼難題或是甚麼缺少，自然要來請求我們的幫助。我們不可使他們失望！使他們失望以後，他們將受很大的創痛，有時比我們因他們不孝順而受到的更甚！

三 刑罰不要濫用 我們刑罰子女本來是出於不得已的，孩童做了錯事，爲要使他們得一個教訓，故此刑罰他們。不過刑罰濫用了，弊端很多：一，孩童生出怨心，覺得我們沒有甚麼慈心；二，他們有了甚麼事情，不論是好是壞，不敢告訴我們，因爲恐怕我們刑罰他們，我們不再是他們的親信人了；三，他們覺得家庭之內沒有甚麼樂趣，以爲家庭是我們的『世界』，他們是沒有份的；四，他們假使做了甚麼錯事，惟一的辦法，就是要躲避我們，有許多失蹤和逃匿的孩童，就是爲了這個緣故。

我們要得孩童的友誼和信仰，不得不謹慎刑罰。常見有許多父母，因爲孩童無心打破了一只碗，或一隻茶杯，就罵他們一頓，甚或打他們一頓。竟不想到自己有時也會無心打破了東西。這樣的責打，不能使孩童願意改過，反要惹起他們不平之心。

我們常聽見母親對孩童說：「你現在儘量吵，但等爸爸回來以後……！」爸爸在這種情形之中，變了孩童的一種畏懼。孩童因此很容易懷恨爸爸，怪他一人從中作祟，希望他不回來，或是遲點回來！同時他們對於母親，也就失去了應有的尊敬。

作者不是主張完全不用刑罰，乃是說我們應當謹慎施用，非在必要的時候不去濫用，用的時候，千萬不要因發怒而用，我們既決定要用，就當父親母親同取一個態度，不可一人忽然中途改做「好人」，致使孩童懷疑他們所受的刑罰全是出乎母親或父親一人的主張，以致對他（或她）起了甚麼惡感。

四 參加孩童的活動 每位父親最好每天留下一點時間與孩童親近。家庭教育專家吳華絲夫人在她的真正家庭一書裏而提到有一位父親會在他兒子面前立約說：

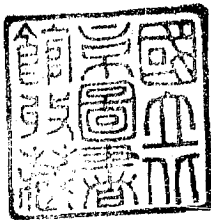
「從今天起，我立志每天留出一點鐘的光陰給我的兒子。這一點鐘完全是他的。在這一點鐘內，我不容公事私事或無論甚麼娛樂來攪擾我。我視這一點鐘爲我與我的兒子預先約定的相會時期。」

我們不妨都效法這位父親的樣子，每天規定多少時間，爲自己和孩童玩在一起用。假使我們能邀請他們幾位品質優良的小朋友，聚在一起，一同玩玩，或開聯歡會，或到郊外去野餐，或在公園裏散步，或一同做小孩所歡喜作的有益的事，那麼他們更覺得我

們是可愛的父母，更要親近我們了。

母親可以做出許多事來使孩童知道她是看重他們的。她可以將輕易的工作分給他們做，並和他們一同去做。大概講來，孩童喜歡給大人知道他們很是能幹，很是聰明；我們儘可利用這種心理，分點輕易的責任給他們負；既可培養他們殷勤的習慣，又可免了他們學習壞樣，復可與他們親近。在這裏作者又有一個建議，就是我們最好和孩童同做一種工作，以致可以隨時扶助他們，免得他們遇難即退。與其是我們洗碗他們掃地，還不如一同洗碗一同掃地的好。

末了，容我再說一句，和孩童做朋友是教育孩童最要緊的一步。孩童是我們的，我們不要放出一副尊嚴冰冷的面孔來將他們嚇得不敢再見我們。他們在我們的中間找不着友愛，必到外面去找。與其讓他們在外冒着很多交結壞友的危險，不如我們費去一點時間來自己做他們的良友。這樣，將來有一天他們能在世界上有所建樹，他們也可像林肯一樣地說：『我如今的一切，都是我的慈母賜與我的！』



中華民國三十一年十月初版三萬冊

基督教家庭  
叢書之三

撫幼一助

實價  
國外酌加

編著者 蔣美妮

譯述者 蔡書紳

發行者 李承璋

印刷及  
總發行所 時報館

上海寧國路五一五號

分售處 各地時報館分發行所

版權所有  
不准翻印

#52  
442284

