



# 教養

## 嚴心與慈心之間

周慧珠 ◎ 人間福報藝文中心副主任

在 2008 夏季號的日本《皇室：Our imperial family》雜誌中，看到一段非常令人窩心的報導：〈敬宮殿下祝！初等科ご入學式〉，4 月 10 日上午，敬宮殿下到東京新宿區的學習院初等科出席入學典禮，在典禮中敬宮殿下和同級生一起宣說學習院的傳統「誓言」——「從今天開始，我們是學習院初等科的一年級生，要成爲一個好孩子。」「成爲一個好孩子」，多麼溫馨呀！這是我們童年的第一個願望，還記得有一首兒歌：「我願做個好小孩，身體健康，精神爽快，無論走到哪裡，使得人人愛。」不禁要問現代的孩子，你的第一個願望是不是做一個好小孩？

多年前曾在兒童文學學會的刊物上製作一個「兒歌專輯」，自己也進行了小小的研究，日本的低幼兒教育中，「生活科」藉兒歌演唱的遊藝活動，蘊含了生活、知識與教養。2007 年有一項在 1500 名歐洲酒店經理中進行的調查顯示，日本人當選世界最佳遊客，中國人則在世界最差遊客中名列第三。《中國新聞周刊》上有一篇文章「禮儀之邦的教養問題」，朱大可先生說：「一個號稱『禮儀之邦』的文明古國，卻逐漸喪失文明優勢，成爲教養指數低下的負面樣板。問題的要害在於，究竟從什麼時候開始，中國人把粗鄙當豪情，把無知當樸素，把暴力當革命，把失禮當率真，把低俗當可愛，把仇恨當愛國，又把無恥當成了反叛？」

### ◆ 什麼是教養？

教養等於教育程度嗎？「教養」到底有什麼重要性？

德國柏林大學的創辦人威廉·馮·洪堡（Wilhelm von Humboldt, 1767-1835），一位非常重視教養的學者、政治家、教育改革者，他便認爲，教養值得每個人傾一生之力追求，它是個人身上的重要資產，屬於精神內涵很高的境界。努力提升教養的結果便是個人品質的提升，個人品質的提升能讓整個社會優質化！

曾任教於德國曼漢姆（Mannheim）大學、漢堡大學的迪特瑞希·史汪尼茲教授（Dietrich Schwanitz），在 1999 年出版 *Bildung: Alles, was man wissen muss*（《教養》，2007 年商周出版）一書，探討什麼是現代人必備的教養。作者以貼近生命的模式，帶領讀者漫遊於西方歷史、文學、哲學、藝術與音樂的殿堂，景色瑰麗教人目不暇給，就在他的精采解說下，知識的來龍去

脈令人了然於心，而重點在於在他的妙筆之下這些知識轉換成一種讓讀者自我省思的能力。他說，教養「代表自律、自制、有禮貌、守規矩？它是人的氣質與風骨？是知識、行為態度、審美能力還是生活風格？也許『教養』的概念有些抽象，難以捉摸，不過可以肯定的是，許多人心中仍有一把尺，若聽到別人批評自己沒教養，任誰都會有汗顏羞愧、無地自容的反應！」

原文書名為「Bildung」，被認為是「教養」概念最貼切的表達，意指「個人內在精神的塑造與充實完好，具有廣泛的知識、品味、正確的價值觀、是非善惡的判斷力，外在表現彬彬有禮，言行舉止得體，內心良善」。其內容卻有別於討論教養的「概念」或進行哲學思辨的書籍，而針對教養的「內容」，包括「知識」與「能力」兩大部分，提供建議與見解：追求「教養」必須具備哪些知識，如何理解、表達這些生動活潑的知識，並直達事物的核心，變成為個人的涵養與教養，在領悟到其中的美妙之際，重新「塑造」自己！「知識」包括歷史、偉大的文學作品、藝術史與音樂史、哲學家，以及重大理論與派別、科學的世界觀、性別論述的介紹；在「能力」部分，作者引領大家優游語言與文字的世界、廣袤的書海，認識各國的風俗習慣、社交規則，甚至「不必知道的事」，並對何謂「智慧」、「創造力」進行一番討論。

英國新堡國際生命中心（International Centre for Life）的主任、科普作家馬特·瑞德利在他的《天性與教養：先天基因與後天環境的交互作用》中認為，後天教養必須依賴先天的基因，而基因仍需要後天的教養才能發揮作用。基因不只是建造大腦構造的工程師，它也會吸收發展中的經驗，對社會線索作反應，甚至參與記憶的過程。基因對人類心智而言，是原因也是結果。

教養是一生一世的事，即使已經是成人，仍然需要隨時「自我」教養；教養絕對不是拿著一把尺來規範孩子（自己的教養對象）。有別於去年出版的多本「教養工具書類」，這兩個月來，喜見書架上出現了《這樣說，教出令人稱羨的孩子》、《琴鍵上的教養課》、《我的工作是我母親》幾本非常親切、真實的「教養分享書」。

### ◆ 教養：一生一世的工程

《這樣說，教出令人稱羨的孩子》原文書名《子育てハッピーアドバイス》，英文是「Happy Advice」，中譯本的書名似乎有點兒落入「工具、參考書」，就出版社而言，或許認為這樣的書名比較具「效果性指標」，「教出」、「令人稱羨」都是吸引需求的字眼。

作者明橋大二是精神科醫師，京都大學醫學部畢業，曾任職國立京都醫院內科、名古屋大學醫學部附屬醫院精神科、愛知縣立城山醫院、真生會富山醫院心療內科部長兒童諮詢機構特約醫師國小生活輔導顧問（school counselor）富山縣防止兒童受虐諮商小組委員NPO法人——兒童權利支援中心Palette副理事長，這些經歷可以看出他的研究與工作領域，而他的作品《為何而活》（與伊藤健太郎合著）、《出色的孩子》、《在思春期努力不懈的孩子》、《展翅而飛的



孩子》《孩子做好他自己，我也做好我自己，這樣就夠了》從書名就可以看出他是真實的貼近了孩子的心（注）。

《這樣說，教出令人稱羨的孩子》是一本快樂育兒Q&A！彩色圖文和漫畫形式呈現，幽默又極具實用性。提供忙於家事、育兒或工作的父母，告別吼叫與責罵，從今天起，成為歡笑的幸福家庭！

身為父母，在教養孩子的過程中，難免有過孩子不符期待，忍不住動怒的時刻，以致長久下來，吼叫與責罵取代了親子的溝通。您知道嗎？其實這並不是孩子不願意聽話，也不是您沒有耐心，而是您不懂得對孩子說話的技巧，其實只要運用同理心與愛心，說對了話，不須打罵，您也可以輕鬆教養出人人稱羨的乖巧孩子。

如果說涵養學習是一生一世的大事，那麼，教養母親懷胎時就開始了。多年前，國內也曾經出現胎教資訊出版熱潮，如胎教書籍《媽媽，請對肚子裡的我說話！》、胎教音樂等等。所謂「教養」，簡單來說，就是培養自我控制的能力。明橋大二提出「當自我評價尚未充分養成，就強加要求，不但無法讓孩子吸收，反而會影響他們的心靈成長。因此，對孩子的教養一定要配合發育階段來進行。」《這樣說，教出令人稱羨的孩子》這本書配合孩子的發育階段，藉著日常生活對話，進行最實際的「教養」。如：0歲～1歲的教養——讓孩子的情緒或需求得到滿足，培養自我評價、自我肯定的觀念；1歲～2歲的教養——父母對孩子的自我主張耐心的給予認同與引導，讓孩子產生自我評價，明白父母是關心自己的，他可以繼續作原來的自己；2歲～3歲的教養——孩子開始有了自我主張，孩子也就從中學習到人際關係的基本原則，開始學會分辨什麼能說、什麼不能說，什麼能做、什麼不能做；3歲～5歲的教養——這時候孩子開始能夠感受別人的心情。可以聽懂大人的話，也能夠很清楚地表達自己的想法了，開始產生做正確、公平行為的念頭。所以父母應該確實教導孩子辨別是非，孩子做錯事情時，也要告訴他錯在哪裡，並讓他自己思考下次該怎麼做。

#### ◆ 教養：臨機應變的智慧

寶瓶文化出版的《琴鍵上的教養課》，作者王意青是「獅子老師的山居筆記」部落格的獅子老師。出生於音樂世家的王意青，因為有感於父母對她的信任與支持，讓她有勇氣面對自尊與自信喪失的日子，並在鋼琴上重新找回對生命的熱情與愛，她也將這份溫暖以非常獨特的教學方式傳遞給每一位學琴的孩子。

於是，透過《琴鍵上的教養課》，我們看見她締造「全天下最溫暖獨特的教室」，學生進教室第一件事，先和獅子老師大大擁抱，教室裡有一張畫椅和畫桌，學生盡情畫畫、寫功課；一面牆貼滿學生可愛畫作，還記錄著每位學生的身高變化。她認為最重要的是人格教育，再優

秀的學生，都必須懂得待人接物；在愛與紀律下，孩子進行快樂學習，她讓驕傲的學生謙虛；讓缺乏信心的學生肯定自己、愛自己；讓一上臺就掉淚的學生擁有勇氣。她不以分數或演奏為唯一決定學生成績的方式；她激勵學生「熱愛、享受學習，即使不成為音樂家，音樂仍會是一輩子的友好。」

《琴鍵上的教養課》是一本師生之間互動的教養書，獅子老師不只是鋼琴老師，她的愛與教育理念，更是學生一生的導師。兒童文學作家林良先生說：獅子老師認為使她的學生成為有品德的孩子，而且能夠快樂的學習，是她應有的責任。如果天下的家長都像獅子老師一樣，孩子怎麼會變壞！

#### ◆ 教養：嚴謹與慈愛是搖籃

永遠樂為母親的蔡穎卿，她說因為「母親」是培養創意與磨練耐心最好的工作。而傳承自父母的生活力量，就是她這輩子最珍惜，也最善用的人生資源。她肯定的說：「我想，除了『母親』之外，再也沒有一個職稱比這個更適合我的工作。」

2007年，天下文化出版了蔡穎卿第一本書《媽媽是最初的老師》，這本記錄她與兩個女兒十多年裡真切互動的教養札記，牽動了許多母親內心深處最溫柔的情感。

在最近出版的《我的工作就是母親》裡藉著47則生活札記，呈現一個細心、愛心與耐心的母親，從頻繁的親子溝通，經營出相互尊重相互疼惜的家庭關係。蔡穎卿深信：「我們可以擁有一種珍貴的幸福，我們可以成為自己家庭的『建築師』。用自己握在手裡的一切，來構築一個有形的空間，和一種無形的價值。」

#### ◆ 教養：要怎麼收穫就先怎麼栽

盧蘇偉老師曾在《陪孩子一起成長》書中說「長不大的爸媽，是教養裡最大危機。」

最近，從事心理與親職教育工作的王理書和她的心理諮商師丈夫，對孩子的教養，除了尊重個別的特質，聆聽孩子的需求，更在彼此信任的基礎下，協助孩子對自我的了解、情緒的疏通與管理，而一旦處理好情緒，孩子總更願意開放自己接受挑戰。在王理書的新書《做孩子心中的小太陽》裡，可以看出他們是充分自省的父母，他們時時自省：對孩子的要求，是來自誰的期待？愛是否被拿來當管教的籌碼？對孩子的教養，是否包含情緒？是否因堅持教養原則，失去彈性？因為每一次與孩子的互動，都是影響孩子一生的關鍵。

生命的學習是無窮無盡的，每一個生命都是獨立的靈魂，「教育、養成」也是「法無定法」，是「八萬四千法」，「教養」是玉蘊珠藏，是曖曖含光，而非珠玉其外，是所有財富中最昂貴的一種，是每一個獨立的靈魂綻放出最尊貴的生命氣息。沒有規矩不成方圓，抓住規矩



又可能讓教養陷入「僵局」，綜合閱讀這幾本新出版的書，我們看見身為父母、老師的慈愛包容與嚴謹約制引導；他們爲了在幼小的生命裡播下良善美麗種子，努力修學，不曾間斷。ISBN

### 注釋

- 明橋大二所著《爲何而活》（與伊藤健太郎合著）、《出色的孩子》、《在思春期努力不懈的孩子》、《展翅而飛的孩子》《孩子做好他自己，我也做好我自己，這樣就夠了》，書名爲筆者暫譯，目前尚無中文版。

### 延伸閱讀

1. 一切從基本做起 李家同著 圓神 9304 ISBN 9861330119
2. 小朋友美力 傅娟等著 大塊文化 9508 ISBN 9867059301
3. 不只要優秀：教養與愛的27堂課 盧蘇偉著 寶瓶文化 9405 ISBN 9789867282149
4. 天性與教養：先天基因與後天環境的交互作用 馬特·瑞德利（Matt Ridley）著；洪蘭譯 商周 9311 ISBN 9789861242224
5. 可能小學的歷史任務系列：騎著駱駝逛大唐、搖啊搖，搖到清朝橋、跟著媽祖遊明朝、秦朝有個歪鼻子將軍 王文華文；蘇子文圖 天下雜誌 9701 ISBN 9789866759550、9789866759505、9789866759512、9789866759536
6. 正向思考，就對了：教孩子的第一步 盧蘇偉著 寶瓶文化 9611 ISBN 9789866745126
7. 好奇貓奧斯卡 吉歐夫·華林（Geoff Waring）著；陳雅茜譯 天下遠見 9608 ISBN 9789864179602
8. 老師的十二樣見面禮 簡嬪著 印刻 9606 ISBN 9789866873232
9. 你那什麼態度啊?!：小孩態度差，怎麼辦？ 蜜雪兒·玻芭（Michele Borba）著；項慧齡譯 天下雜誌 9310 ISBN 9867561449
10. 我的工作是我母親 蔡穎卿著 天下遠見 9705 ISBN 9789862161401
11. 我的資優班 游森棚著 寶瓶文化 9609 ISBN 9789866745027
12. 我家小孩教養好 薩爾·賽維爾（Sal Severe）著；張琇雲譯 天下遠見 8911 ISBN 957621775X
13. 我數到三才（教師版） 湯瑪斯·斐倫（Thomas W. Phelan），莎拉·珍·秀娜（Sarah Jane Schonour）著；張美智譯 世茂 9603 ISBN 9789577768315
14. 我數到3才!：三招讓您成功教出有規矩的孩子 湯姆斯·費朗（Thomas Phelan）著；李千毅譯 天下遠見 9311 ISBN 9864174029
15. 沒有資優班，珍視每個孩子的芬蘭教育 陳之華著 木馬文化 9707 ISBN 9789866973826
16. 良書亦友 洪蘭著 遠流 9508 ISBN 9789573258377
17. 見人見智 曾志朗、洪蘭著 天下遠見 9506 ISBN 9789864177196
18. 走一條快樂學習的路 李艷秋、李志邦著 天下遠見 9611 ISBN 9789862160299
19. 兩滴眼淚的幸福 沈春華著 皇冠 9608 ISBN 9789573323457

20. 追蹤師 湯姆·布朗 (Tom Brown) 原著,謝維玲譯 野人文化 9612 ISBN 9789866807152
21. 做孩子心中的小太陽 王理書著 寶瓶文化 9707 ISBN 9789866745355
22. 品書·書品 史帝夫·李文 (Steve Leveen) 著,蘇睦詔譯 風行文化 9512 ISBN 9789868120372
23. 品格的力量 山繆爾·斯邁爾斯 (Samuel Smiles) 著,劉曙光等譯 立緒文化 9506 ISBN 9789867416490
24. 柯志恩談母職心體驗 柯志恩著 高富國際文化 9111 ISBN 9867806298
25. 飛舞的手指 鄒奇奇 (Adora Svitak) 著,魏琳譯 智庫 9601 ISBN 9789867264824
26. 哲學飛行教室 李崇建著,辜筱茜繪 天下遠見 9508 ISBN 9864174835
27. 哪個媽媽不抓狂：野蠻天使VS.瘋狂媽咪的親子戰爭 柯志恩著 高寶國際 9512 ISBN 9861850112
28. 國家的品格 藤原正彥著,劉子倩譯 大塊文化 9511 ISBN 9789867059499
29. 基因或教養 茱蒂·哈里斯 (Judith Rich Harrison) 著,洪蘭譯 商周 9606 ISBN 9789861248929
30. 教出品格力 何琦瑜,吳毓珍主編 天下雜誌 9610 ISBN 9789866759291
31. 教出英語力 何琦瑜,吳毓珍主編 天下雜誌 9611 ISBN 9789866759314
32. 教出寫作力 何琦瑜,吳毓珍主編 天下雜誌 9612 ISBN 9789866759307
33. 教養 迪特瑞希·史汪尼茲 (Dietrich Schwanitz) 著,劉銳,劉雨生譯 商周 9607 ISBN 9789861249049
34. 教養可以這麼浪漫 李偉文著 野人文化 9701 ISBN 9789866807169
35. 教養危機 盧蘇偉著 寶瓶文化 9703 ISBN 9789866745263
36. 教養的迷思：父母的教養方式能不能決定孩子的人格發展？ 茱蒂·哈里斯 (Judith Rich Harris) 著,洪蘭譯 商周 8906 ISBN 9576675987
37. 現代父母的省思 盧桂櫻著 妙音 9609 ISBN 9789868373501
38. 移動的學校 李崇建著 寶瓶文化 9502 ISBN 9867282418
39. 第56號教室的奇蹟 雷夫·艾斯奎 (Rafe Esquith) 著,卞娜娜等譯 高寶國際 9704 ISBN 9789861851723
40. 這樣說，教出令人稱羨的孩子 明橋大二著 太田知子繪 林慧如譯 如何 9706 ISBN 9789861361758
41. 通情達理：品格決定未來 洪蘭著 遠流 9705 ISBN 9789573262947
42. 陪你去環島：一個父親送給兒子的畢業禮物 盧蘇士,盧蘇偉著 寶瓶文化 9410 ISBN 9867282299
43. 棒棒糖師父 釋心廣著 平安文化 9606 ISBN 9789578036345
44. 琴鍵上的教養課 獅子老師著 寶瓶文化 9706 ISBN 9789866745331
45. 給長耳兔的36封信：成長進行式 李崇建著,辜筱茜繪 寶瓶文化 9508 ISBN 9867282620
46. 黃崑巖談教養 黃崑巖著 聯經 9309 ISBN 9570827602
47. 媽媽是最初的老師 蔡穎卿著 天下遠見 9601 ISBN 9789864178476
48. 愛·上課 熱血教師阿倫著 寶瓶文化 9703 ISBN 9789866745225
49. 話說對了，孩子就會了：溝通專家教你33個與孩子說話的技巧 杉山美奈子文,田村紀久惠圖,蕭雲菁譯 三采文化 9703 ISBN 9789866716355
50. 跟孩子這麼說就對了 岸英光著,郭玉梅譯 八方 9706 ISBN 9789867024855
51. 跟孩子當朋友的第一堂課：聊天 汐見稔幸著,蕭雲菁譯 三采文化 9704 ISBN 9789866716461



52. 道德：幸福的必要條件 林火旺著 寶瓶文化 9511 ISBN 9789867282736
53. 預約孩子的未來：態度是關鍵 盧蘇偉著 寶瓶文化 9604 ISBN 9789867282897
54. 預約孩子的未來II：信心決定一切 盧蘇偉著 寶瓶文化 9606 ISBN 9789867282927
55. 認得幾個字 張大春著 印刻 9610 ISBN 9789866873379
56. 說走就走！：父子徒步環島51天 魯文學等著 木馬文化 9706 ISBN 9789866973772
57. 親愛的安德烈 龍應台,安德烈著 天下雜誌 9610 ISBN 9789866759253
58. 廚房之歌 蔡穎卿著 天下遠見 9610 ISBN 9789862160107
59. 優秀是教出來的 隆·克拉克 (Ron Clark) 著,譚悠文譯 雅言文化 9310 ISBN 9868018072
60. 餵故事書長大的孩子 汪培珽著 時報文化 9505 ISBN 9571344885
61. 關鍵教養○至六 盧蘇偉著 寶瓶文化 9601 ISBN 9789867282804

· 以上書目係本刊編輯部按蘇惠昭小姐〈全民拼教養？—教養書觀察記〉及周慧珠小姐〈教養—嚴心與慈心之間〉文中所提書目整理編輯而成。

