



21世纪0岁教育方案

《21世纪0岁教育方案》翻译组 译

■ 美国纽约波特大学教育系教授

■ 七田儿童学院校长

■ 0岁教育之友会会长、教育学博士

【日】七田真 著

从胎儿开始的 巧妙育儿法



院图书馆



中国轻工业出版社

21 世纪 0 岁教育方案

从胎儿开始的巧妙育儿法

美国纽约波特大学教育系教授

七田儿童学院校长

【日】七田 真 著

0 岁教育之友会会长、教育学博士

《21 世纪 0 岁教育方案》翻译组 译



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

21 世纪 0 岁教育方案 / (日) 七田真著; 《21 世纪 0 岁教育方案》翻译组译. —北京: 中国轻工业出版社, 2001.3
ISBN 7-5019-3040-6

I. 2... II. ①七... ②2... III. 胎教 - 普及读物
IV. R714.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 81538 号

丛书策划: 石 铁

责任编辑: 朱 玲 张乃东 责任终审: 杨西京

版式设计: 刘智颖 责任监印: 吴维斌

*

出 版 人: 赵济清 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: wqtw@public3.bta.net.cn

电 话: (010) 65262933

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2001 年 3 月第 1 版 2001 年 3 月第 1 次印刷

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 34.125

字 数: 450 千字

书 号: ISBN 7-5019-3040-6/G · 190

定 价: 60.00 元 (共 5 册)、本册 12.00 元

著作权合同登记 图字: 01-2000-4363 号

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

版权所有 · 翻印必究

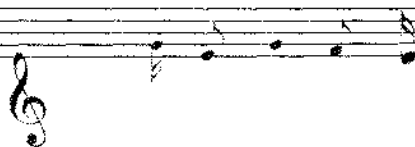
胎児からの上手な子育て（《从胎儿开始的巧妙育儿法》）

七田 真

Copyright © 1999 by SHICHIDA Makoto

Originally published in Japan by HOMEIDO SHOTEN, Tokyo.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with
HOMEIDO SHOTEN, Japan through THE SAKAI AGENCY / ORION.
All rights reserved.



前言

育儿是愈来愈困难了。当我在日本各地进行幼儿教育巡回演讲时，如果在演讲会场上问听众：“对于育儿有自信的人，请举手。”几乎都没有人举手，也就是说，有90%以上的母亲对于育儿缺乏自信。

我想，最大的原因便在于这个时代进步得太快，环境的变化太激烈，而且随着大脑生理等的进步，人们对幼儿的发育观也做了大幅度的修正，也就影响了母亲对于育儿方面的自信程度。

在以前，一般的人都认为刚出生的婴儿，眼睛看不见、耳朵听不到，更谈不上在智能方面能有什么作用。而且，在出生后〇岁至三个月之间，不需要给予任何的刺激，尽管放任不管他，他的内在也会很自然地日趋成熟。

然而，今天完全推翻了以前这种想法，转而认为从出生一直到出生后三个月，双亲与婴儿保持什么样的接触，竟成了培育婴儿的关键。

另外，胎儿教育的重要性也日益受到人们普遍关注。

因此，在新时代，一定要有能配合新时代的巧妙育儿方法。

希望本书对于即将当母亲的你，能够有所裨益。





目 录

第一章 从胎儿开始的育儿方法	1
一、胎儿心理学的开始	2
二、巴尼的胎内心理学研究	3
三、许多学者陆续展开对胎儿的研究	5
四、胎儿脑生理学	6
五、胎儿的成长	7
六、胎儿逐月成长的情况	8
七、加哈特·罗德曼的研究	9
八、鲁涅·庞德卡教授的胎儿大学	10
九、普雷·洛康的研究	12
十、斯坦福大学与加利福尼亚大学的研究	13
十一、利用录音带进行胎教	13
十二、相互影响的重要性	15
十三、母亲与胎儿交流的回路	16
第二章 用母乳喂婴儿	19
一、每一位母亲都会分泌乳汁	20
二、理想的育儿	21
三、现在的营养观错误了	22





四、回到昔日的饮食	25
第三章 婴幼儿心、脑与身体的健康	27
一、刚出生的婴儿其头脑并非什么都不会	28
二、从0岁开始的育儿	29
三、从0岁到3个月最重要	30
四、了解动静平衡	31
五、减少视觉、声音、动作的刺激 就能扩展母子内心相通的空间	32
六、让自己与婴儿的内心交流	33
七、培育出记忆力好的婴儿	34
八、母亲育儿应具有一贯性	35
九、婴儿从出生后就立刻开始学习语言	36
十、母亲对胎儿、刚出生的婴儿诉说对他 的未来印象	37
十一、从与婴儿玩给予以及取得的 游戏中来培育孩子	38
十二、出生之后的育儿决定了孩子的 将来是开朗还是忧郁	39
第四章 孩子的成长与玩具	41
一、玩具有助于孩子的成长	42
二、孩子的成长发育与玩具	42
三、新生儿期的玩具	44
四、婴儿的能力愈用愈好	47
五、操纵游戏期的玩具	48





六、摇晃游戏期的玩具	51
七、手指的发育与语言的发育关系密切	53
八、玩具可以协助脑部障碍儿的发育	55
九、引发反应的三个条件	56
十、教导时的五项重点	58
第五章 培育出运动能力高的孩子	61
一、学习尼克森夫妻培养孩子高运动能力的方法	63
二、首先是健康	63
三、把寒冷当成朋友	64
四、运动能力应从胎儿时期开始培养	65
五、利用新生儿肌肉的紧张亢进	65
六、利用婴儿先天的运动反射神经	67
七、利用支持反射的作用	67
八、出生三个月就会从床上跳起来	68
九、出生三个月体操用横木	68
第六章 思考培育感性的教育	71
一、何谓感性	72
二、感性的中心要具备爱	73
三、感性与理性的关系	74
四、对不同年龄的孩子进行感性教育的重点	75
五、何谓感性教育的目标	79
第七章 良好的教养	81
一、何谓“教养”?	82





二、教养的重点	91
三、为何会培育出令人伤脑筋的孩子	92
四、巴克斯达的发现	99
五、孩子也是一样	99
六、一般人太吝于赞美了	100
七、也要赞美孩子	101
八、母亲的言行使孩子失去干劲， 造成孩子的情绪不安定	103
九、孩子就像白纸，白纸上要写什么， 全部取决于母亲	104
十、刚出生的婴儿不会判断善恶	105
十一、母亲的话创造孩子	106
十二、使孩子失去干劲，使孩子想要 去做的，都是母亲	107
十三、孩子的干劲是安心感	107
十四、你会称赞自己的孩子吗？	108
十五、成为一百分的母亲	109
十六、愈是局限于教养、育儿的书本， 带起孩子来就愈不顺心	110
十七、母亲让孩子做太多了	111
十八、明天再重复做相同的工作	113
十九、培育孩子的干劲	113
二十、育儿最重要的不是头脑， 而是内心	115





二十一、成败不在于头脑的差别， 而在于内心的差别	116
二十二、内心的作用非常重要	117
二十三、由母亲先改变	118
二十四、潜意识才是推动人的力量	119
二十五、是否教出不会笑的孩子	123
二十六、不要因为孩子不看卡片就烦恼	124
二十七、孩子奇怪的原因	126
二十八、如何解开恶性循环的症结	127
二十九、美妙的一分钟教养	128
第八章 培育孩子的干劲	131
一、干劲是孩子的原动力	132
二、刚出生的婴儿都充满了学习的欲望	132
三、配合孩子的兴趣	133
四、突然失去干劲	134
五、母亲的话让孩子失去干劲	135
六、培育孩子的干劲	136
七、母亲的不安是育儿最大的敌人	139
八、为何别的孩子都能够离开母亲， 自由自在地游戏	139
九、不要比较、不要焦虑、不要休息	140
十、母亲的焦虑妨碍了孩子的成长	141
十一、理想主义是阻碍	143
十二、如果不能给孩子许多关爱，	





以及育他平和的心情，就无法	
引发出孩子的吸收力	144
十三、成为正面能源的母亲	145
十四、成为负面能源的母亲	146
十五、只要转化为正面，就能获得成功	148
十六、现在的孩子就是100分	148
第九章 幼儿的左脑教育与右脑教育	155
一、每个孩子都具有超能力	156
二、左脑与右脑的特征	157
三、创造使能源从左脑流向右脑的道路	159
四、启开从左脑至右脑的前集中回路， 接着又启开从右脑到左脑的集中回路， 反复进行	160
五、不要只让左脑太过于活动	161
六、孩子很容易和母亲同步	162
七、虽然了解却没有办法改变	162
八、与其塞入知识，倒不如培育他的 创造性、感性以及灵感	164
九、游戏非常重要	166
十、孩子的头脑中隐藏着潜在能力	167
十一、如何活用潜在意识	168
十二、母亲在不了解的状况下使用了 不好的暗示	169
十三、活用五分钟暗示法	170





十四、21世纪是启开孩子右脑的时代	172
十五、新的意识创造新的人类	173
十六、如何培育这些新时代的孩子呢?	174
十七、ESP 游戏	175
十八、弱智儿的右脑能力超群	180
十九、右脑能力是超能力	181
二十、对于弱智儿的教育应该重视	
右脑教育	182
二十一、雪尔兹的弱智儿研究会	184
二十二、启开ESP能力是启开右脑	
能力的关键	186
第十章 手——不可思议的力量	187
一、手触法	188
二、手——奇迹	191
三、手真的非常有效	192
四、应该将手放在何处	193
五、“灵能诱发”当中的记事	194
第十一章 孩子的饮食生活	207
一、饮食生活和以前不同	208
二、将饮食还归自然	209
三、是什么影响了孩子的身体发育	210
四、如何使孩子的头脑聪明	215





第一章

从胎儿开始的育儿方法





由于世界的胎儿教育研究不断的进步，公众普遍认为育儿应该从胎儿开始。

在了解最新的胎儿教育信息之余，就从胎儿时期好好地开始育儿吧！

一、胎儿心理学的开始

从最近很多的证据显示，胎儿是从在母亲体内就开始学习。

这是美国的一个例子。有一个两岁的孩子，每当“MASH”这个节目开始时，不管他在做什么，一定马上放下手边的工作，跑到电视机前面，盯着这个节目看。其原因就在于他母亲怀孕时，每次做柔软体操都一定会看这个节目。

母亲在边做体操、边看这个节目的同时，全身都放松，呈现非常舒服的心情。

以下也同样是美国一个女孩的例子。

母亲在吃饭的时候，半开玩笑地问自己的女儿：“你还记得妈妈在怀孕时常穿这件睡衣吗？”这时女儿回答说：“我看不见妈妈穿的睡衣，不过我听得到妈妈所说的话。”

于是，妈妈便问她：“在肚子里面有什么感觉吗？”女儿回答说：“非常黑暗，好像在一个装了很多水的袋子中。”“你喜欢吃什么东西呢？”“我什么也没有吃。”“你刚出生时有什么感觉呢？”“好像从非常狭窄的空间来到一个非常宽敞的地方。”

对于母亲的问题，女儿毫不考虑并且正确地回答。

由于这种事情不断发生，因此，科学家们力图证实：胎





儿心理学是存在的，而且记忆、性格、才能等等，也是从胎儿尚在母体内时就决定了。

许多优秀的音乐家们，都能说出在母体内的记忆。加拿大安大略州哈密尔顿交响乐团指挥保斯里·普罗特，就有一个不可思议的体验。有一次，他在指挥管弦乐团的时候，他没有看乐谱，但是旋律就不断地浮现出来，在完全不看乐谱的情况下，他却能够非常正确地指挥。

原本普罗特觉得自己有比别人更优越的音乐才能。

然而，有了这项体验之后，普罗特告诉母亲这件不可思议的事情。这时，母亲说：“这首曲子就是你在妈妈肚子的时候，妈妈经常演奏的曲子。但是你出生之后，妈妈就再也没有演奏过了。”

钢琴家鲁宾·休泰伊和小提琴家梅纽宾等等，也有相同的体验。

二、巴尼的胎内心理学研究

加拿大多伦多的精神科医师德马斯·R·巴尼，主张应该从母亲怀孕期间起，就开始测量母亲和胎儿两方面的交流。

可以唱歌、说话给他听，积极营造良好的子宫内环境，如此便可使胎儿的担心荷尔蒙下降，使他的害怕减少，并可减少叛逆的行为，而培养出具有稳健性格的孩子。

巴尼的胎内心理学研究如下：

20世纪70年代的后半期，德马斯·巴尼对于20岁Law School的患者进行治疗。当患者说梦话时，突然就像婴儿般哭泣起来，而且大约持续了十分钟的昏睡状态。





不久之后，这位恢复了正常状况的患者，说出以下的一段记忆：

在他刚出生时，所睡的摇篮是白色的，但是长大之后，却发现照片上的摇篮全都是蓝色的，因此，他认为自己的记忆错误了。

于是，巴尼便询问患者的母亲，这段记忆是否正确，没想到结果令巴尼大吃一惊。这位青年的双亲因为贫穷，所以在孩子出生之后，便向邻居借了一个白色摇篮给这位青年躺了一段时间。但是过了两个月以后，青年的奶奶觉得他们很可怜，所以就花钱帮他们买了一个蓝色的摇篮。

巴尼以这个例子为开端，着手收集相似的例子，结果发现很多人都有胎内的记忆。

以下列举一两个巴尼所收集的例子。

1. 彼得例子

母亲在怀彼得的时候，不断地唱着保罗和玛莉的歌。

当母亲生下彼得之后，发现这首歌对婴儿彼得有催眠的效果，而且如果彼得哭个不停时，听到这首歌就会安静下来。

2. 两岁女孩的例子

这个女孩一边坐在地板上玩，一边会喃喃自语地说：

“向前弯、向后弯。”

这是母亲在怀孕时做柔软体操时所念的口令。

但是自从女孩出生后，母亲就不曾再做过柔软体操，也没再念过口令了。

一开始，巴尼觉得这样的话好像在念咒语一样（要施展魔法的语言），可是，在他所就读的多伦多大学是非常保守





的，况且在他进行精神分析的哈巴克大学，也不相信这样的话。

因此，巴尼对这番话抱着怀疑的态度，开始调查文献，而发现了婴儿全新的面貌。

三、许多学者陆续展开对胎儿的研究

1980 年的上半年，北卡罗来纳大学的心理学家安苏尼·狄卡斯巴，以实验证实了刚出生的婴儿记得母亲的声音。

他指示 16 位怀孕妇女分别和其他的孩子说话，然后录成录音带。

孕妇们分别选择《国王的新衣》、《小红帽》等等的故事，在怀孕的后半期大约花两个月的时间，每天读三次给胎儿听。

狄卡斯巴与研究者们分别让每个孩子听三种不同版本的录音带，结果胎儿只要一听到自己在母亲胎内所听到的故事时，他们心灵的节奏就会很明显地改变。

纽约爱尔巴特·爱因斯坦医学校的一位神经科医师多明尼克·巴布拉，曾针对因堕胎而刚出生的婴儿的脑进行研究，同时，巴布拉也是《脑的研究》杂志的编辑。

他在这本杂志上发表文章，认为刚被堕胎的胎儿们，其神经组织发育的程度，与刚出生的婴儿几乎没有两样，而且他们已经完成了学习所必要的神经构造。





四、胎儿脑生理学

不久，更多研究者开始对胎儿的脑进行研究，其中有一位科学家也证实了胎儿睡眠时的脑波与清醒时的脑波是不同的。

诸如此类，有关胎儿的脑生理有以下的新发现：

怀孕时，胎儿脑的成长速度非常惊人。从怀孕时小到眼睛看不见，一直到出生时，已经长到有成人脑的25%那么大了。

当满1岁时，已经达到成人脑的70%，而在这个时候，脑细胞便已经完成70%~85%。因此，从出生一直到满1岁的这段期间，就称为脑成长特别期(brain growth spurt)。

在这段期间，脑的敏感强度非常惊人，而且对于环境有戏剧性的反应，并且深受环境的影响，不论是对于正面的还是反面的条件都是如此。

最重要的事实，就是头脑的成长良好，全身的成长也就良好。

因此，如果想培育出健康聪明的孩子，最重要的就是要好好利用这段期间。

在这段时期，脑配线的成长速度进行得比其他任何时期还快，普通时期髓磷脂化大约需要花3个月的时间，但在这时只需花一个月就足够了。

髓磷脂化在4岁时几乎就已终止。

这时，就可以看出孩子聪明不聪明，动作快不快。动作快的孩子聪明，动作慢的孩子迟钝。





在4岁时，手部灵巧的孩子是聪明的孩子。

还有更重要的事情。事实上，在脑的胎内成长期当中，如果不给予脑刺激，则神经元的突触没有办法形成。这样一来，没有被使用的脑细胞就会死亡。

这会发生于怀孕8个月时，所以，在8个月时对胎儿进行脑部的刺激，就能够预防脑细胞死亡，并且培育出额外的脑细胞。

进行胎教的孩子会特别聪明，理由便在于此。

五、胎儿的成长

胎儿的成长可以分为以下三个时期：

第一期 怀孕5个月 脑细胞增殖期。

一直到怀孕5个月，脑细胞会不断分裂，并在第5个月的时候停止。

第二期 6个月至7个月 脑细胞大小与复杂度增加的时期。

这时刺激胎儿的感觉，可以协助胎儿脑细胞的成长。

给胎儿以良好的刺激，他就可以形成良好的回路，也就形成良好的头脑。

从怀孕第五个月开始，便已开始制作突触。以前一般人都认为，脑的突触是在出生后受到外界的刺激，才开始制作，这是因为一般人相信，胎儿没有办法制作突触，所以脑部也没有作用。

第三期 怀孕8个月至出生 脑成长活泼化的时期。





这个时期出现了非常大的变化，不但突触的作用活化，而且脑的重量也加倍。

在这个时期，母亲对于胎儿的反应变得较为自然，会把手放在肚子上对胎儿说话，这是在第一期、第二期比较少见到的现象。

如果在这个时期能特别给胎儿以良好的刺激，就可以培育出聪明的孩子。

1976年，明尼苏达妇产科的罗勃特·非奇博士，针对七岁聪明的孩子进行生育史的调查，结果发现他们在母亲体内时，都接受过良好的胎教。

六、胎儿逐月成长的情况

怀孕后五周 发生快速的变化，身体不断地扭转、伸展，促使肌肉发育。

两个月 胸部移动，就像在呼吸一样。

三个月 规则、正常地饮用羊水，每天少量进食，有一些进肺部，但大部分都是进入消化器官，协助吸吮运动逐渐发达，开始吸吮。

四个月 触觉和味觉已经发达，因此只要碰到嘴唇就会吸吮。如果在羊水中掺杂一些有苦味的东西，他就会将脸转开，并停止吸吮。羊水大约11天替换一次。如果用强烈的光照孕妇的腹部，他就会举起手来挡住光线。

体重增加，脚逐渐会踢，并练习（模拟）步行，而且听觉发达。





五个月 让他听非常大的声音时，他会用手捂住耳朵。

胎内的声音大约72~84分贝，而普通外面的谈话大约65分贝。此外，胎儿会分辨父亲以及母亲的声音。

六个月 出现哭泣的脸。哭泣可以协助肺部的发育、脸部肌肉的发育，亦可协助声带的发育。

七个月 睁开眼睛可以看见子宫内的环境。

八个月 这时脑细胞会显著发育，因此，如果没有给予刺激，则没有使用到的脑细胞就会消失。

胎儿在夜晚8~12点时，活泼最旺盛，是白天的两倍。因此，在这个时间带里，记住要给他良好的刺激。

七、加哈特·罗德曼的研究

1974年，萨尔兹巴克大学心理学家加哈特·罗德曼，针对141位孕妇进行调查，将她们区分为理想型到破灭型等四个类型。

所谓理想型的母亲，就是非常想生育的母亲。由这一类型母亲所生育的孩子，从出生时开始，其成长就非常良好。

破灭型的母亲是属于非常不想生育的母亲。被这类型母亲所生育的孩子，以难产、早产居多。从出生开始，个子就小，而且是感情不安定、不好带的孩子。

处于中间类型的母亲，就是嘴里说想生育，但对她们进行测验后，却明显地得到相反的结果。由这类型的母亲所生育的孩子，出生以后多半会有不安、焦躁、哭泣等情





况出现。

从这件事情可以清楚地知道，对胎儿而言，最重要的就是母亲的爱情，而胎儿也能够了解母亲希望将他生下来的心愿以及爱他的心情，这便是胎教的根据。

英国有本杂志曾调查关于十几岁孩子自杀的案件，发现多半都是当初难产的孩子。而且在论文中也提到，这些孩子在初期时(胎内期、出生后一年)缺乏爱情，也就是说，有很多例子是母亲在怀孕时身体有病。

八、鲁涅·庞德卡教授的胎儿大学

加利福尼亚海华特大学的鲁涅·庞德卡教授，现在开了一家胎儿大学，对许多母亲进行胎教的指导。

庞德卡教授的胎教课程是以触摸和语言为中心。

1979年，庞德卡教授听到一位母亲说，只要她一敲肚子，婴儿就好像会回话一样。因此，他也请其他的孕妇做相同的动作，结果当孕妇们敲肚子时，都会得到相同的结果。

也就是说，当母亲不断地抚摸腹部时，便是给胎儿以刺激，胎儿就会不断地回答。

庞德卡教授根据这项观察结果，制作了胎教课程。

他认为，给与胎儿触摸以及语言上刺激，能够提高胎儿的智能，即胎教的课程能够提高胎儿的注意能力、记忆能力以及智能。

庞德卡教授的第一课，是从怀孕5个月开始。当胎儿踢的时候，母亲就对胎儿说：“孩子，再踢一次。”他表示，这样两周后胎儿就能踢得很好了。





不仅如此，教授还指导她们当母亲敲肚子两下时，胎儿就踢两下，敲三下时就踢三下。

7个月的课程，一次五分钟，一天进行三次。

首先，轻轻地敲腹部，并说：“pat、pat、pat。”（pat：轻拍）。一周后加入新的动作，即一边抚摸腹部，一边说：“rub、rub、rub。”（rub：抚摸）。再隔一周，则摇摆腹部，并说：“shake、shake、shake。”（shake：摇）。接下来，可以敲乐器给他听，例如，敲鼓或敲木琴。如果是敲木琴，说Do（多）时就敲Do，说Si（西）时就敲Si。

之后，再唱歌给胎儿听、读书给胎儿听。

庞德卡教授认为，这样就能加深母亲和胎儿之间的相互了解，能够创造更理想的母子关系。

根据庞德卡教授的研究指出，这个时期身体反应良好的胎儿，出生之后也是属于朝气蓬勃的孩子，并且神经组织也会发育得非常良好。

庞德卡教授以50位孩子为一组，总共分三组，进行研究，并且发表了研究的结果。

A组是胎儿大学的毕业生，一般而言，较早说话，而且智能发育较佳。

B组是曾在胎儿大学学过一段时间的孩子，会说话的时间比A组的孩子晚，但是比完全没有学习过的孩子早。

C组的孩子则完全没有上过胎儿大学的课程，他们的发育比A、B两组的孩子都要迟。





九、普雷·洛康的研究

华盛顿雷多蒙特的心理学教授普雷·洛康，也对六个月到一岁半的孩子进行相同的研究，而且有新的发现。

洛康教授之所以会进行这项研究，是因为他听了在胎教方面非常有名的沙狄克夫妻的广播采访对话节目。

沙狄克夫妻的长女在12岁时进入大学就读，而他们的儿子在五岁时就可以阅读小学六年级的课本了。洛康教授思考着要培育出优秀的孩子，是只要和他说话就足够了？还是有其他决定性的要素呢？

就在寻找文献的同时，发现了李索克的研究。

李索克在1960年留下了以下的研究成果：

如果让刚出生的婴儿听心脏鼓动的声音，则在出生后的四天内，大约会有3/4的婴儿体重增加，但若不让婴儿听心脏鼓动的声音，则孩子在四天当中体重就会减少。

让婴儿听心脏鼓动的声音，可以使婴儿的哭泣减少，亦可使其安静入睡。

此外，让婴儿听心脏鼓动的声音，是创造音乐与舞蹈的基础。

洛康教授从中学习到，让刚出生的婴儿听心脏鼓动的声音，以及与婴儿进行丰富的对话，对婴儿而言，都是非常重要的刺激。





十、斯坦福大学与加利福尼亚大学的研究

在此有非常重要的研究报告，即原型脑细胞 (protobrain)。它在出生时消失，许多哺乳动物都有这种脑。

这两所大学经由老鼠的实验证明，在出生之前给予刺激，可以培育出聪明的老鼠。而在解剖这只聪明老鼠的脑之后，发现在其脑中还残留着被称为原型脑细胞的物质。

如果不进行胎教，这种原型的细胞就会消失。

但如果进行胎教，则不被使用的原型细胞由于已被使用，就可以培育出聪明的脑细胞。

十一、利用录音带进行胎教

实际上进行胎教时该如何做才好呢？最好的方法就是让胎儿听录音带。

录音带的制作方式如下：

- (1) 首先，给胎儿取一个小绰号。
- (2) 依照以下方式录音。

——小宝呀！我是妈妈，妈妈非常爱小宝啦！小宝听见了吗？是妈妈在说话呀！小宝乖吗？妈妈正等待小宝的诞生，一直等待着，妈妈非常爱你啦！

你已经是这个家的一分子了，大家都非常期待你的到来，爸爸也非常爱你，也非常期望你的诞生。小宝，现在妈妈要读故事给你听，你要仔细听呀！





(3) 接下来录书的内容，以上的部分大约五分钟。接着录入父亲五分钟讲话：

——小宝呀！我是爸爸，爸爸非常爱小宝啦！爸爸的名字是尼尔，妈妈是爱美，你就叫小宝。小宝在妈妈的肚子里面乖不乖呀？你一定要乖乖的喔！妈妈非常爱小宝，为了小宝而吃很多营养的东西，所以你一定要快快长大……

……持续录类似的内容。

在怀孕的第二期、第三期时制作这样的录音带，放在胎儿耳朵附近，让他一天听三次。至于胎儿耳朵的位置，可以请教医师。

在第三期的录音带中，可以再加入哈哈的笑声。如此一来，大部分的孩子在出生后第四天，就会发现崭新的事实。

经过实验证明，曾听过这种胎教录音带的孩子，能够比较早了解语言。

除了语言之外，抚摸也能带给胎儿刺激。

从怀孕4个月左右开始，由下到上抚摸腹部30分钟以上，一天三次，持续进行7个月。从八个月时开始，可以加入一些新的词汇，然后轻轻地敲、轻轻地抚摸、轻轻地摇晃。如果胎位不正，你可以轻轻地告诉他一定要回到正位，则他一天都会保持正确的位置。

母亲对胎儿进行的活动让胎儿发生反应，是非常重要的。就好像你抚摸他，他就会踢你的肚子这类条件反射一样，必须引发他的相互反应，便可以培育出聪明的胎儿。





十二、相互影响的重要性

只有母亲单方面给与胎儿刺激是不够的，最重要的是必须引起胎儿的反应(即相互影响的“交互作用”)。

通过以下的实验便可以理解。

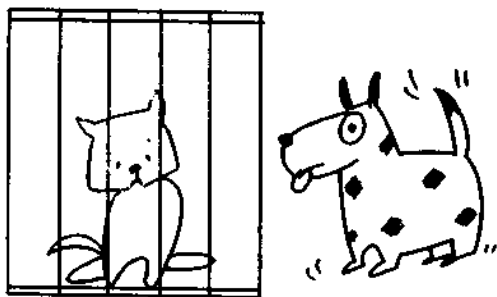
——对于刚出生的两只狗的实验——

以刚出生的两只小狗为实验对象，一只关在狭窄的笼子里，另一只则让它在房子里自由活动，并在笼子里的小狗面前抚摸这只自由的狗，要它站起来、坐下或趴下等等。

当这两只小狗都满一时，把被关在笼子里的小狗放出来。这时，这只被关的小狗却对于坐下等它应该拿手的才艺完全不会。

这就和我们虽然在电视机前学了一年打高尔夫球的方法，但实际上却还是不会打高尔夫球的道理一样。

即使从1岁开始教这只被关的小狗以上的动作，但是





仍然学不会，而且会立刻逃入笼子里。

有些母亲认为，刚出生的婴儿最好放任不管，不要理他，让他一个人自由自在地玩耍，并拥有一个人的时间是最好的。但是，依照这种方式培育出来的婴儿，反而什么也不会，而且缺乏想像性、创造性。

让婴儿看妈妈和洋娃娃玩的样子，他就会记住怎么样和洋娃娃玩，而且他会想像和洋娃娃玩的感觉。

妈妈让洋娃娃做动作、让洋娃娃发出声音，这些印象都会留在婴儿的脑海中，而促进婴儿的想象力，使他能够自由、快乐地想像。

十三、母亲与胎儿交流的回路

母亲与胎儿的交流有五种。

1. 生理交流回路

母亲的心理状态会经过生理上荷尔蒙的分泌传达给胎儿。也就是说，当母亲担心、悲伤、不安、生气的时候，荷尔蒙的分泌就会异常，而传达给胎儿。

母亲不健康时，也会对胎儿产生非常大的影响。

2. 营养交流回路

由于母亲所吃的食物会传达到胎儿，因此最好避免摄取酸性食物，以及含有食品添加剂的食物。

摄取无污染、干净的水，以及新鲜的蔬菜，是非常重要的。

3. 感情交流回路

母亲要对胎儿投入感情，使得母亲和胎儿内心交流。可





以想像胎儿的姿态，想像他非常挺拔的样子，非常清秀的脸庞，这就称为印象法。当母亲听世界名曲时，母亲美丽的感情会传达给胎儿，而母亲每天看好的名画，以及阅读良好的文学作品，也会对胎儿的将来产生重大的影响。

4. 运动交流回路

除了借助于抚摸引发出胎儿的交互作用之外，母亲自己本身要进行孕妇体操，或者是充分地活动身体，因为这些都会影响胎儿的运动能力。如果母亲在怀孕期间不爱运动，只会躺在床上睡觉，则生下来的孩子也就只会躺在床上睡觉，而培育出迟钝的孩子。

5. 语言交流回路

从怀孕5个月左右开始，就要尽量和胎儿说话。母亲可以用语言将现在的行动告诉胎儿，或者是唱歌给胎儿听、读书给胎儿听。最好一个月的时间都唱同一首歌、念同一本书，并在抚摸他的同时，也教他一些语言，也可以将母亲的行动用语言来表示，教他这些语言。

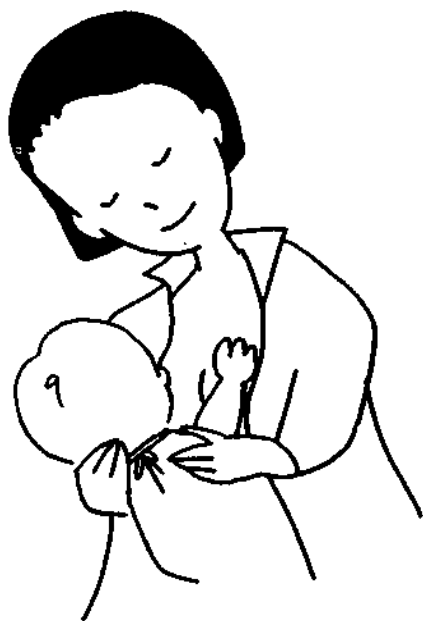
可以用光照着腹部，告诉他：“天亮啦！这就是光亮。”借以教导他明暗的区别。或者一边抚摸腹部，一边告诉他：“头朝下、脚朝上。”

还可以告诉他：“踢两次肚子。”教他数数。





第二章 用母乳喂婴儿





对于刚出生的婴儿来说，喂食母乳是最好的。

曾经有一阵子，牛奶公司宣传说，牛奶的营养成分比母乳还高。因此，使得母乳育儿变得大为失色了。

最近，大家都了解到，喝母乳所培育的婴儿，反而比较好，而且母乳对婴儿来说，是最适当的食品。因此，采用母乳育儿的母亲又增多了。

然而，在大医院里面，还是会让刚出生的婴儿立刻喝牛奶。只要读过这本书之后，你就会发现这样会产生各种问题，所以请各位母亲务必以母乳来喂婴儿。

一、每一位母亲都会分泌乳汁

有些母亲会说，生了孩子之后却没有乳汁。如果你这么认为，就表示你的观念是错误的。

长期在母乳育儿咨询中心服务的山西老师，就曾在《用母乳育儿的诀窍》一书中提到，“为没有乳汁而烦恼的母亲，最重要的原因在于饮食习惯。因为只要生育，就一定会分泌乳汁。”

由此可知，是否分泌乳汁，最重要的就是饮食方面的问题。

此外，就算有分泌母乳，但若母亲的饮食错误，婴儿也不喜欢吸食母乳。

母亲有正常的饮食，就能让婴儿吃到好的乳汁，这样一来，婴儿就不会哭泣、不会闹别扭，晚上也不会随便乱哭，就可以培育出整天都笑咪咪的婴儿了。

母亲的乳汁也有好喝与不好喝之分，这是因为母亲所





吃的食物会立刻溶入母乳中，所以母亲所摄取的食物便会影响母乳的味道及品质。

婴儿经常哭泣、闹别扭、晚上总是哭个不停，的确令母亲心烦。可是，作为母亲，你究竟吃了哪些食物呢？

你是不是开始喝牛奶，并摄取高蛋白质、高脂肪的营养了呢？这样是不可以的。

你必须矫正为以五谷、杂粮和蔬菜为主食，这样一来，便会有不可思议的事情发生。

二、理想的育儿

《我的母乳喂养》这本书中，记录了43位母亲的体验，希望准妈妈以及刚当妈妈的人，务必认真阅读这本书。

以下就介绍其中一位母亲的手记。

——理想的育儿方法——

“在我们这些妈妈之间，认为以母乳来育儿是理所当然的事情，因此，现在不是在意是否会有母乳分泌的阶段，而是我们一心一意都认为，我们的母乳是我们孩子的粮食，是想培育出身心健康孩子的我们现在所最关心的事情。对于双亲而言，不会随便哭泣，经常嬉笑、游戏，而且眼睛炯炯有神，肌肤也非常光滑，是最幸福的婴儿……一开始觉得这是高不可攀的期待，但是不可思议的是，现在我的孩子正慢慢地接近了这个理想，而且不只我的孩子，有很多母亲都培育出这梦想中的孩子，而且其中的秘诀就是——非常的简单，





只是矫正了饮食习惯而已。

以我为例子具体而言，就是完全拒绝动物性的东西，而以五谷及蔬菜为主食，在调味料方面也不使用油脂，拒绝砂糖、味精和酒。虽然一开始是半信半疑，但是对于当时深受乳腺炎之苦的我来说，在药物与手术皆无法治疗的情况下，这个方法也有相当大的魅力。尤其当自己真的非常痛苦的时候，即使是一点点的希望，我也会努力争取的。

所以，非常爱吃的我，为了“治病”，便改变了饮食习惯，没想到原本一天会拉约十次便的婴儿，竟减少为两三次，而我本身的身体状况也变好了。因此，我就从“半信”的程度，提升为“2/3相信”的程度。之后，更随着我的乳腺炎痊愈，再加上用母乳育儿的状况非常顺利，孩子不再随便哭泣，总是以炯炯有神的目光看着我，而且还会不时发出微笑，湿疹的状况也变好，也不再随便拉肚子，这时的我，已经到达了“全信”的阶段。这才真正发觉到，以前我吃东西完全都不考虑(不了解)，并从我自己的孩子身上所看到的变化，以及我本身乳腺炎的痊愈，我才知道以前的饮食习惯是全然不对的。”

三、现在的营养观错误了

现在母亲们给与孩子的饮食习惯，都是错误的营养观，而且好像一点也不在意自己错误的饮食观念，会给孩子带来什么样的恶果。





我们现在就来讨论几项在这本手记当中有关饮食的部分。

——在吃东西的过程当中，我们总觉得孩子的身体不论怎样成长都是最自然的状况，就算不吃肉、不吃鱼、不吃蛋、不吃砂糖、不吃水果，我们也能够快乐地生存。也许在他人听来会觉得吃惊，但是我的儿子就是在没有吃这些食物的状况下，成长到今日，而且他的身体非常结实，意识也非常清楚。

——昨天左边的肿瘤好像变小了，虽然我有一点放心，但是还是再次到咨询中心去确定自己的状况。之后静静地看着我的眼睛，非常用力地吸奶，并在吸奶之后对我微笑。或许这样说好像有点夸大其词，但这就是以饭、蔬菜、鱼为主食，在进行第二天所发生令人感动的场面。

我好像受到一种文化冲击一般，的确如所长所指导的，在饮食中避开牛奶、蛋、大豆等制品，而以前面所述的饭、蔬菜、鱼为主食，果真在母子身上都可以看见非常明显的变化。

首先是喂奶的时间充分缩短了，而且孩子在喂奶当中也不会睡觉或休息，当然更不会有哭闹的情形发生。白天喝完奶之后，他都会很高兴地游戏，而夜晚喝完奶之后，也能够很安静地入睡，这样让我带起孩子来非常顺手。此外，吐奶、打嗝、咳嗽、呻吟等等的状况愈来愈少，拉肚子的情形也只要三天就完全治好，连丈夫都说：“小宝贝好乖哟！”他突然变成了一个很少哭泣、总是高高兴兴的孩子，不过，与其说他变了，还不如说这才是原本应有的姿态。

——虽然有些医师说：“乳汁不会一次全部涌出来。”当





然有其不正确的地方，但是在我矫正了自己的饮食习惯之后，我终于了解到这一点。以我的情况来说，如果孩子吃到他不喜欢吃的东西，或者是吃超过两个小时以上，他就会表现得非常没有朝气，好像不太想吃，并且扭动着身体，只会用牙龈去咬奶头，还是不耐烦地在那儿呻吟，让我也感到很不舒服。但是，若让他喝到好喝的母乳，他就会很高兴地一直吸吮，不断地活动他的上下颚，并在吃饱之后立刻离开，一个人玩了起来。婴儿愈是吸吮乳房，乳房就愈会分泌乳汁，在这种状况下，孩子就会吸得愈高兴，而且还会盯着我的眼睛看，用脸贴着我的皮肤，然后对我微笑，好像非常高兴的样子，我的心情也因此非常满足。

——虽然有些人责备我这种作法，但是因为我的丈夫了解我，而且在丈夫家人的协助下，我一直持续喂母乳直到孩子长到1岁5个月，所以我非常感谢他们。但是，我的双亲、姐姐们、亲戚、朋友，一开始看到我的饮食状况改变时，都很怀疑地问我：“蛋白质怎么办呢？”、“这样不是会营养失调吗？”、“那个孩子是不是加入新兴宗教派呀？”各方面的指责降临到我的身上，我只能说当时承受来自四面八方的压力，但后来不知他们是不是被我的热忱所感动，或者是不得不认同我的做法，他们现在已经完全理解我了。

——我现在有时候会让4岁的长女吃些巧克力，因为平常很少让她吃甜食，所以她会很高兴。然而，到了夜里，她就会不听话，有时会闹别扭、哭泣。

饮食是养育孩子最重要的一环。所以，一定要讲求方法，才是培育孩子拥有身心健全的基本。





四、回到昔日的饮食

以前的人很少喝牛奶、吃肉，日本人可以说是在第二次世界大战之后，才开始摄取牛奶。

随着饮食方式的改变，现在孩子的身体也不断地改变了。

现在的孩子蛀牙多、骨折多，甚至有九成的孩子脊椎骨都出现异常。

如果我们能恢复昔日的饮食，则孩子的异常现象就会渐渐地消失。

不沉着的孩子会变得很安静、沉着，缺乏集中力的孩子会开始拥有集中力。

具有反抗性的孩子会变得温顺，而对于记忆力不好的孩子，他的记忆力就会变好。

饮食是育儿的基本。因此，如果不将重点放在饮食上，而奢望培育出聪明、会读书的孩子，根本就是“缘木求鱼”。

如果你希望培育出理想中的孩子，就先从改变饮食做起吧！





第三章

婴幼儿心、脑与 身体的健康





培育孩子不能只着眼于身体的发育。

除了注意身体的发育,也应该重视内心与脑部的发育。

育儿不应该偏重于单方面,应该思考全面性的(全方位的)育儿方式。

这个时候,如果你只是想到有关智能方面的发育,那你就落伍了。

一、刚出生的婴儿其头脑并非什么都不会

婴儿的脑部从何时开始发挥作用呢?

以前的人都认为:“孩子的内心在出生后两三年才会发挥作用,出生后两三个月之后才会笑,而且在出生后两三个月的这段时间里,智能是不存在的。”这是被称为心理学的元老、奠定精神分析基础的佛洛伊德的名言。

最近写了《出生后的最初三年》这本书的美国怀特教授,也在其书中阐述了婴儿出生两三个月之后,智能才有作用。因此,一般人对于婴儿脑部作用的知识只限于此。

然而,这是错误的观念。现在经过各项实验证明,婴儿从胎儿的时期就开始学习,而且人的记忆也是从胎儿时期就开始了。

例如,前苏联的小提琴家瑞欧尼德·柯康在他4岁的时候,有一天突然演奏出以前从来没有学过的曲子,不要说是双亲,就连他的老师都吓了一大跳。原来这首曲子是瑞欧尼德还是胎儿时,在母亲腹中经常听到的曲子。

法国有一位患有自闭症的4岁女孩,她一句话都不说,令双亲非常苦恼。有一天,医师让这个孩子听英语,她立刻





就出现反应。从此以后，只要让她听英语，她的自闭症就会痊愈。原来这个孩子在母亲腹中时，她的母亲服务于完全说英语的公司，所以这个孩子在母亲腹中所听到的都是英语。

这些例子都证实了婴儿从胎儿时期就开始学习。

二、从0岁开始的育儿

现在几乎所有的人都知道，刚出生的婴儿其头脑并不是一点作用也没有，而且婴儿的头脑从一出生就开始以惊人的速度发育。

满六七个月时，他的大脑重量已经达到出生时的两倍，而这时婴儿的头脑内部也进行着非常了不起的组合。

在婴儿出生后一年，只要给他正确的教育，他就会有惊人的成长。而如果一直放任不管，则其脑部作用就不会优秀，因为婴儿优秀的脑部作用绝对不是在毫无系统、毫无秩序的环境中产生的。

提倡婴儿从出生时就开始认知(开始学习)，并在幼儿教育世界中非常著名的皮亚杰就曾表示：“从婴儿出生之后的半年内，你给他什么样感觉刺激以及运动量，都会反应在往后孩子的学习态度上。”而在这一年当中，决定婴儿素质的条件，有以下三项：

- (1) 在婴儿周围的环境当中，给予丰富的感觉刺激。
- (2) 给予丰富的语言环境。
- (3) 给予丰富的运动量。

怀特教授则提出，对于出生后8个月以内的婴儿而言，最重要的是以下三项：





- (1) 让婴儿确认自己是充分地被人所喜爱。
- (2) 让婴儿学会几项技能。
- (3) 充分满足婴儿对于周围世界的好奇心。

三、从0岁到3个月最重要

在这个时期，母子游戏、母子彼此的相互影响，具有非常重要的意义。如果在这段期间内，母亲不了解母子互动的重要性，只让婴儿自己一个人玩，就无法培育出婴儿的内心与感情。

在这段期间内，母亲一定要将大部分的时间都花在陪伴婴儿，让婴儿有母子一体的感觉。虽然以前的人认为，应该从小培养婴儿的独立性，应该尽量放他一个人去玩耍，但是，这种想法是错误的。应该尽量与婴儿接触、抚摸他，并尽量和他玩身体方面的游戏。当你抚摸他、逗他，或者让他玩玩具、积木、铃鼓等等时，就可以培育出内心情感丰富的婴儿。

这个时期你如何对待你的孩子，就会形成孩子的性格基础，是活泼有朝气的孩子？或是内向沉默的孩子？如果你能打好这个基础，则在往后的育儿方面，你就会进行得非常顺利。

反之，如果在这段期间你未能打好基础，往后的问题就会堆积如山，孩子带起来也会非常棘手，而且会形成扭曲的性格。这时，再想要矫正就非常困难了。

希望各位在自己孩子人生的开头时，能给予正确地对待方式，不要一味放任婴儿不管，不要忽略婴儿的感情，应





该努力让婴儿非常快乐地度过。即使这样做会给你带来一些麻烦，占用你一些时间，但至少你能期待往后快乐育儿时所伴随而来的好结果。

四、了解动静平衡

然而，在此还想提醒各位一点，有的人为了要培育出聪明、活泼、有朝气的孩子，因此尽量给他刺激，尽量给他丰富的语言。虽然完全投入其中，但却导致失败的例子也不是没有。

有些母亲一听到对于婴儿而言，刺激是非常重要的，便想要给婴儿理想的教育。只要放任婴儿，她就会有罪恶感。于是，完全投入到育儿当中。但是，当婴儿接受过度的刺激之后，反而把脸转了过去，这个时候母亲会非常烦恼。

当婴儿将头转开，避开母亲的视线，不看母亲的眼睛时，就该怀疑是不是给他过多的刺激了。

当婴儿醒着时，不一定要给他什么样的刺激，有时候也应该适度地和婴儿保持距离，要适度地对婴儿放手。

对于婴儿的智能发展来说，刺激是非常必要的，但是在一旁全神灌注地保护婴儿也同样重要，甚至有完全相反的学说认为，没有刺激的状态就是最大的刺激。

想要了解语言与婴儿视线的关系，则稍微大一点的刺激便会对婴儿造成非常大的影响。例如，只要母亲的声音稍微大一点、高一点，即刺激比平常增加10%左右，婴儿凝视母亲的时间就会减少将近30%。

反之，如果刺激减少30%，则婴儿就会凝视母亲一段





非常长的时间。

五、减少视觉、声音、动作的刺激就能扩展母子内心相通的空间

在恰当地刺激当中，婴儿能够不断地学习，一直凝视母亲的脸，一直注视着卡片，这时的刺激量以及品质最适合婴儿。

然而，婴儿有时也会把脸转开，这时如果母亲不了解到底原因出在哪里，就会非常烦恼。

婴儿将脸转开的原因，通常是①现在心情不好，缺乏学习的欲望，想睡觉、肚子饿或疲倦……②刺激已经太多了，希望休息一下，这时，婴儿要求的是安静，所以最好给婴儿安静的环境。在这个安静的环境中，正好可以促进母亲与婴儿内心的交流，而且婴儿也可以松口气。

这种促进内心交流的安静，与婴儿的个性及能力的发育很有关系。如果看到婴儿将脸转开，而怀疑是不是给他太多刺激的母亲，干脆就给他安静的环境吧！当安静时，婴儿会恢复集中力，由于婴儿的能力发育跟他凝视的时间长度有关系，因此，他凝视母亲的时间愈长，愈能够学习集中力。

当婴儿的机敏度和好奇心显得有些异样时，父母亲就应该考虑是否已经在不知不觉当中给婴儿过度地刺激了。如果你对于婴儿所讲的话与婴儿的感情程度不同，则婴儿就会发出信号，这时请你解读他所发出的信号。有时候即使母亲的情绪非常兴奋，但是婴儿却将脸转开，这是他为





了要避免母亲强烈的感情，因此，请母亲以非常充裕、缓和的态度来面对你的小宝贝。

六、让自己与婴儿的内心交流

所谓会带孩子的母亲，就是会解读孩子内心的母亲。

很多笨拙的母亲就只会依照自己的心情来对待自己的孩子，以自己的方式来对待孩子，而且一味地要孩子配合自己，如此一来，就会使气氛变得很僵，而无法缓和。

原来给孩子理想的教育，原本想当个理想的母亲，结果反而失败了。

成为理想母亲的条件是①母亲一定要以宽广的心灵来接受自己的孩子，②在育儿时不要只是一味地要孩子配合母亲的状况，反而应该是母亲要配合孩子内心的状况。以下就来介绍如何与0岁到3个月的婴儿进行内心地交流。

1. 重复婴儿所说的话并回答他

当你模仿婴儿的时候，他就会注意到你在模仿他，因此，当你模仿婴儿所发出的声音和动作时，便可以培育他的思考力。况且，当婴儿自己发出声音或者做出动作时，母亲就会模仿自己，他便会为了想得到这个反应而发出声音，而做出动作。

换句话说，他就学会了如何与人交流，而且也丰富了他的记忆。当记忆力愈丰富时，他就愈能学会如何和母亲进行交流。

2. 巧妙地利用安静

当你和他打招呼“早安”之后，你就静静地凝视着婴





儿。

这便是使彼此内心交流的宁静。这时，即使你要增加对于婴儿的刺激量，也应该缓缓地增加。

3. 消除周围的杂音

最好偶尔再出现类似子宫的宁静，请完全消除电视机、收音机、录音带等杂音的干扰。

如果机器的声音持续不断、一刻不停，则容易养成婴儿内心封闭的自闭症。

七、培育出记忆力好的婴儿

婴儿的记忆力愈好，带起来就愈轻松。所谓记忆力好的婴儿，就是学东西很快、头脑好的婴儿。

要培育出记忆力好的婴儿，是有诀窍的，有心学习的妈妈一定要掌握住这个诀窍。

如果婴儿能够早一点将自己的想法、心情传达给对方知道，则母亲在带孩子时就会愈轻松，因为当婴儿能够传达自己的心情时，就不会闹别扭了。换句话说，母子之间应该尽早确立相互交流的通道，这样带孩子时才会得心应手。

如何让婴儿觉得自己是被人了解、被人认同的呢？问题就在于母亲对婴儿送出的信号是不是很容易懂，是不是能让婴儿接受。

而双亲态度的一贯性是非常重要的，请以此为下限。

当婴儿哭泣时，妈妈的脚步声靠近了，接着是开门的声音，然后是妈妈温柔地问：“怎么了？”妈妈站在婴儿的旁边，看着婴儿一会儿，再把他抱起来。





如果妈妈的行动具有一贯性，则婴儿就会将自己哭泣的行动和母亲一连串的行动连结起来，并且保有这个记忆。因此，母亲采取沉着的一贯性行动是非常重要的。

过了3个月之后，只要婴儿一哭泣，请你立刻抱起他。

但是，到了记忆以及思考能充分作用的第四个月时，每当婴儿哭泣，妈妈应该先站在婴儿的旁边，以温柔的声音和他说话，一直到抱起他为止，这中间应该有10~20秒的时间。

如此一来，4个月的婴儿就会记住并且等待，还能学习忍耐。因此，像这样母亲对于婴儿具有一贯性时，婴儿会从自己的预测以及母亲的反应中，陆陆续续有新的发现，并且能学习到新的事物。

八、母亲育儿应具有一贯性

如果母亲在育儿时没有一贯性，则婴儿的记忆就不会产生作用。因为他每次的预测都和对方的反应不一样，而且还会使他不知道如何表现自己的感情。

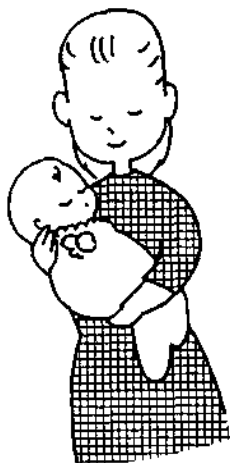
在这种情况下，婴儿就会变得非常紧张，由于自己的感情始终得不到应对，所以也无法学会与人的交流方法。

对于这样的婴儿，其记忆力无法充分作用，就只会培育出记忆力不好的婴儿而已。

记忆力好的婴儿，能够了解母亲所做每一件事情的意义。(这是因为母亲充分掌握了孩子的心情，因此，孩子也学会了巧妙地与母亲沟通……)

在这种情况下，婴儿会记得当妈妈笑的时候、悲伤的





时候、生气的时候，自己应该出现什么样的反应。至于妈妈摇头时，他就会知道是不可以，当然，妈妈在这个时候也不可以斥责婴儿。

记忆力好的婴儿，只要看到妈妈皱起眉头、一副担心的样子，他就会对自己的行动踩刹车。

要培育出像这样具有智能的婴儿，最重要的有以下两点：

(1) 母亲要用丰富的表现力以及充满慈爱的感情来对待婴儿。

(2) 母亲的态度要具有一贯性，并且要对婴儿的感情有反应。

如果母亲的态度缺乏一贯性，则孩子不知道如何用正确的方法和母亲交流。因此，当他不满意时，他就会生气、闹别扭、哭闹。

九、婴儿从出生后就立刻开始学习语言

以前的学说认为，婴儿的语言能力并非是与生俱来的，婴儿学习语言的第一步，是从出生后1~3个月左右开始……大概没有人想到过，婴儿是从出生的那一天起，就开始学习语言。

但是，根据最近的研究显示，婴儿是从出生的那天起，就开始学习语言了。对于双亲与婴儿接触时的笑容、表情、





肢体语言、动作等，都是教婴儿如何与他人交流的方法。

以前的想法总认为，婴儿在学习语言方面，双亲只担负着被动的角色，婴儿很自然地学会语言。所以双亲或者是周围的人都不会很积极地教导婴儿学习语言。(现在有很多人也都局限于这种想法)

然而，事实上并非如此。婴儿在从母亲与他的谈话当中，便学会了基本的会话。如果婴儿发出声音，请母亲模仿他，这样婴儿就会了解到，因为自己发出声音，而让母亲也说出和他相同的话。至于母亲对着婴儿微笑、凝视他，以及身体方面的动作等，各代表了什么样的意义呢？经由母亲的重复表现，婴儿也会有所领悟。就像母亲一边指着婴儿周围的物品，一边说这个物品的名称，在反复几次之后，婴儿就能学会这个物品的名称。因此，他会比完全没有被教的婴儿早一点学习、早一点开始记忆。

如此一来，就可以培育出比他人更早具有表现能力的婴儿。

十、母亲对胎儿、刚出生的婴儿 诉说对他的未来印象

对于刚出生的婴儿而言，最好的教导是母亲告诉婴儿他的未来印象。

不单只是对刚出生的婴儿，而是从胎儿时期起，母亲就应该不断地对胎儿诉说未来的梦想，以及出生后婴儿应该有什么样的行动，并告诉他生命的意义、目的等。

有时你在胎儿时期告诉他未来的梦想，等到他长大之





后，就会原封不动地呈现在你的面前。根据斯坦福大学的研究显示，母亲在怀孕时若曾积极地对腹中的胎儿描绘未来印象，过了一年之后，再调查孩子的成长结果，发觉这样的孩子比起其他的孩子在智育以及情绪的调适方面，都有高度成长的倾向。

十一、从与婴儿玩给予以及取得的游戏中来培育孩子

最好尽量早一点和孩子玩，可以和他玩从他手中拿走玩具，然后再给他玩具这类给予以及取得的游戏，这类的游戏会让婴儿本身意识到顺序的意义，并且也能够培育出懂得把东西借给别人的孩子。

在这个游戏中，婴儿可以学习到何时将玩具交给对方，何时自己该接受玩具，还能学习将自己的思绪集中在一项游戏上。

婴儿在这项游戏中会扮演给予者以及取得者的角色，而这种给对方东西，以及从对方的手中拿到东西的技巧，就和会话的技巧一样，婴儿会在这种游戏中学习到表现力。

如果妈妈非常认真地和婴儿玩这个游戏，则婴儿可以通过游戏而学会表现自己的方法，这样婴儿就会擅长于传达自己的意识。

婴儿如果没有通过这个游戏而学习到传达自己意识的方法，就无法顺利与其他孩子进行交流。不但没有办法培育出顺序的意识，而且总是从他人的身上取得，因此，他不懂得如何给予他人物品。





让婴儿玩给予以及取得的游戏，是奠定婴儿表现力基础最重要的游戏，应该尽早和婴儿玩这个游戏，最好从婴儿四五个月大就开始进行。

这个游戏并不是玩一两天就结束，应该持续玩好几个月。通过这项游戏，婴儿不仅可以了解给与取，还可了解语言的方式，以及解读对方的表情、动作的意义，并学习到与他人交流的方法。

此外，通过这项游戏，婴儿还可以学习到语言，并在给与取的过程当中，学习到在这个动作中所使用到的语言以及表现自己心情的道具。因此，这个游戏是让婴儿学习会话原则最好的游戏。

通过这项游戏，婴儿不仅可以了解对方的语言，并且了解到如何解读对方的行动、表情以及动作。借助看妈妈的视线接着是往哪里去，便可培育出反应妈妈下一个期待的能力。

十二、出生之后的育儿决定了孩子的将来是开朗还是忧郁

你所培育出的婴儿个性是活泼、开朗？还是沉默忧郁？这取决于婴儿出生五六个月时母亲对待婴儿的态度。因为在这段期间内，婴儿便学会了如何与人交流。

我们可以这么说，婴儿在6个月之前，如果有和父亲一起游戏，并且有玩得非常“极致兴奋”的经验，在6岁时就能很肯定地掌握“兴奋”。但是，如果孩子没有办法达到这种极致状态，就不知道快乐是什么，就会对兴奋采取





否定的倾向。

换句话说，在出生后6个月之前，如果你培育的孩子非常活泼、开朗，他以后就会是个活泼、开朗的孩子。

如果在出生后六个月之前，婴儿生在幸福氛围之中，则这个婴儿就能了解什么叫幸福。而如果相反，则婴儿就不能了解幸福是什么。

如果母亲缺乏一贯性，对待婴儿的方式也是三心二意，并随着自己的情绪而起伏不定，造成婴儿不舒服，则婴儿就不会知道什么是幸福，也无法沉浸在安心的感觉当中，这样就无法培育出活泼、开朗的孩子了。

对于婴儿而言，母亲一定要像个非常光亮的太阳，非得是幸福的象征不可。如果在现实的环境当中，母亲没有办法展现开朗的一面，没有办法当做婴儿幸福的泉源，则婴儿就会有不安的感觉。

双亲要不断地对婴儿说：“一有了你，这个世界变得非常光明。”要从言词和动作当中，让婴儿了解双亲是非常爱他，使得婴儿能够非常安心地敞开心扉来面对这个世界，因而培育出能够开朗、率真地面对他人的孩子。

反之，如果没有办法给与安心的环境，孩子就会老是觉得不安，而想要依赖在母亲身边，也就没有办法敞开心扉来面对外面的世界。

想要开阔婴儿的视野，母亲就要愉快地对待婴儿，并用开朗的言词和快乐的的游戏，让婴儿的眼前以及耳边全都充满着快乐的气氛，这是非常重要的。

双亲在婴儿出生后6个月内如何对待他，会影响到往后好几年婴儿与周围人的交流。





第四章 孩子的发育与玩具





在第三章里，已经提到了有关母子游戏以及玩具的重要性。

本章则要提及有关孩子发育与玩具之间密切的关系。

玩具不只是一要引起孩子的注意力而已，它还对婴儿的成长发育具有重大的教育意义。

本章就从教育的观点出发，来看看婴儿如何学习玩玩具。

一、玩具有助于孩子的发育

不论是健康、正常的孩子，或是障碍儿，玩具对于孩子的成长发育都具有非常重要的意义。

不要认为孩子只是沉溺于玩玩具的世界当中，没有办法施展他的能力。事实上，婴儿就是通过玩玩具，而学习到许多知识。

婴儿会通过五官来玩玩具。例如，看铃鼓、听铃鼓的声音、以接触来确定它的质感等。除此之外，玩具也能启发婴儿的想象力，对于培育他们的情绪、运动机能、感觉、社会性、智能等，能起到非常重要的作用。

总之，玩具可说是培育了人性的健康发育。

我们必须从这样的教育点出发，重新调整对于婴儿玩玩具的看法。如此一来，应该会有崭新的大发现，而且会非常吃惊地察觉到，原来玩具也有这么重要的意义呀！

二、孩子的成长发育与玩具

从教育的观点出发而给予孩子玩具，就是考虑到孩子





的成长发育。

现在就从这样的观点出发，重新看待玩具吧！

首先从0岁到1岁，婴儿的成长发育分为以下五个阶段：

- | | |
|------------|---------|
| (1) 0~2个月 | 反射期 |
| (2) 2~4个月 | 操纵游戏期 |
| (3) 4~6个月 | 一张一握游戏期 |
| (4) 6~9个月 | 摇晃游戏期 |
| (5) 9个月至1岁 | 帮忙游戏期 |

首先，我们来学习从0岁到2个月的反射期。

这个时期的婴儿会有惊吓的反射能力。

主要的惊吓反射能力有莫罗反射(婴儿紧抱反射)、吸吮反射、把握反射、原始步行运动反射。

所谓“莫罗反射”，就是当婴儿的身体突然往下降时，他的手脚会摊开来，好像要抓住什么似的。

所谓“吸吮反射”即当你将手摆在婴儿口的四周或是脸颊时，他会有想吸吮母亲乳房的动作。

“把握反射”就是当母亲的手指摆在婴儿的手掌上时，婴儿会想握住母亲的手指。

脚也是一样，如果你轻轻地碰他的脚指头，则婴儿的脚指头会用力地缩起来，好像要将母亲的手指抱住一般。

所谓“原始步行运动”，就是当你的双手支撑在婴儿的两侧腋下时，让他的脚着地，他的脚就会交互地迈出去，好像要走路似的。

此外，还有大家比较不甚了解的追踪反射以及触摸反射等等。





所谓“追踪反射”就是如果将一张有黑点的纸放在刚出生婴儿的面前，他会一直盯着这个黑点看，其目光随着纸张的移动而移动，即追踪这个黑点的反射能力。

所谓“触摸反射”就是如果在婴儿面前拿一条绳子或一根棒子，他就会想要伸手过来握住的反射能力。

一般而言，想要握住眼前物品的能力，是在出生后四个月才会拥有。

然而，新生儿在出生后五六天，就潜藏着看到对象物想要伸手握住的运动反射。此外，尚未发现的能力还有很多。

这些反射可以巧妙地利用玩具将其引导出来，而且婴儿借助于这种方式所提高的各种能力，其成效会令人大吃一惊。

借助于把握反射、追踪反射、触摸反射、原始步行运动等等积极的作用，就能够提高婴儿的活动能力。

一般人认为，新生儿期通常是什么作用也没有，这种观念是错误的。如果在这段时期也能够积极地引发出婴儿的这些反射能力，就可以培育出非常优秀的婴儿了。

三、新生儿期的玩具

请在刚出生的新生儿眼前约30厘米左右的地方，吊一个会旋转的玩具让他看。

婴儿一定会非常专注且张大眼睛看着这个旋转玩具。

试着将这个玩具由婴儿脸的右侧往左侧移动，这时你会发现婴儿的头和眼睛会随着玩具的移动而移动，这就称





为追踪反射。

刚出生的婴儿会对什么东西最感兴趣而一直盯着呢？

就像黑点一样的影像或者是像珠珠一样的东西，而这些东西也同样会吸引母亲的目光吧！

挂在婴儿面前的旋转玩具最好是像这样有圈圈花样、或者是有黑点的花样、黑白花样、格子花样的玩具。

婴儿非常喜欢黑白模样的东西，因为从出生一直到6个月，在婴儿的眼睛里判别黑白的杆状细胞作用的非常快速，而判别色彩的锥状细胞则还没有起到作用。

婴儿能够相当准确地判别各种颜色，是从6个月之后才开始的。

因此，与其挂上五颜六色的旋转玩具，倒不如在婴儿的眼睛前挂一些黑白模样的旋转玩具。

婴儿一直盯着这个玩具看，可以引发出他惊人的集中力。

接下来说明触摸反射。

如前所述，触摸反射通常出现于婴儿出生后四五天左右。

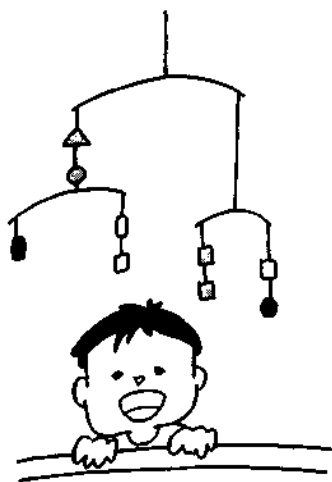
在利用胎儿教育所教育出来的婴儿当中，也有一些婴儿是刚出生就会用手去触摸医师的听诊器，这听起来好像天方夜谭似的。

触摸反射对于孩子的成长具有非常重要的意义。

根据学者佛瑞巴特的研究指出：“步行的先决条件是触摸。”

研究指出，如果孩子不会触摸，就不会走路。因为盲目的孩子无法掌握空间的感觉，所以在教他触摸之前，是





不会走路的。因此将物品置于孩子面前让他触摸，是非常重要的。

学会触摸之后，即使是盲目的幼儿，不经过特别的训练也会开始走路。

尼克森夫妻是完全不依照传统的育儿观念来育儿，而是依照独自的思考方式来育儿。尼克森夫妻让刚出生的婴儿站着，开始原始的步行。让婴儿进行原始的步行之后，没想到婴儿身体

发育的速度变得非常惊人。

另外，他们又在距离婴儿床铺30厘米左右的地方横放一根棒子，目的是为了要让他触摸。此外，也可以训练他握紧的能力。

让孩子握住母亲的大拇指，并训练孩子自己跳往母亲的怀里。

借助于这样的训练，尼克森夫妻在孩子出生3个月时，只要在孩子面前放一根横棒，他就会握着这根横棒站起来。

也因为这样的训练，夫妻所生的7个孩子，每个人的运动能力都非常优秀。

尼克森夫妻将新生儿的反射、原始步行、把握反射、触摸反射等等，都发挥到最大的极限，用以培养他们的孩子。

在新生儿的睡床前面绑一条红色的绳圈，并下垂到离





婴儿 20~30 厘米的距离。

当婴儿一睁开眼睛时，就会用手抓这条红色的绳子，借此可培育出他的触摸能力。

从心理学来看，要促进孩子的发育，就应该给他适当的推助力，而玩具就是培养这种能力的最佳营养剂。

四、婴儿的能力愈用愈好

以前的发育心理学认为，孩子的成熟是由孩子本身内部所自然形成的。与外在或者是教育环境没有关系。现在仍有很多人拘泥于这种成熟说。

但是，如果想要加速行动能力的发育，则这种发育就不只是单纯的成熟而已。

同样的，如果想要使行动能力的发育迟缓一些，也不可以利用成熟说来说明。

如果只是让新生儿趴着，则他触摸能力的发育就会迟缓，因此，应该让他仰躺着或是坐在椅子上培养他的触摸能力。

对于盲目的婴儿，可以借助于让他听声音的方向来用手触摸，因此可以帮他吊一个旋转风铃。

培育新生儿的触摸能力以及培育他的把握能力，是同样重要的。

玩具可以促进孩子的成长发育。然而，婴儿的成长发育是如何进行的呢？如果缺乏正确的认识，就不会正确地使用玩具，只会造成婴儿成长迟缓而已。

在出生后的那段时间里，对婴儿的成长发育而言是最





重要的。因此，照顾者如何扮演好自己的角色，具有非常重要的影响力。

然而，可惜的是，在现实的情况里研究还不够充分。

建议你不妨学习尼克森夫妻，让你的新生儿学习原始步行、追踪以及触摸等等。这样你的婴儿也一定可以发育得非常良好。

出生一个月后的婴儿，还有一种称为喧闹反射的反射作用。也就是说，当妈妈靠近婴儿，来跟他说话时，婴儿也会高兴而伊伊呀呀的出现反应。

如果你只是从远方发出声音，则婴儿不会出现这种反射，这种反射只会在你与婴儿面对面时才会发生。

如果压抑了这种喧闹反射，则发育就会迟缓。

例如，对婴儿说些丰富的语言，是非常重要的。

在新生儿期就应该尽量给他触摸、咀嚼、听、动的体验。

在这个时期，铃鼓或是磨牙器都是非常重要的玩具。

五、操纵游戏期的玩具

从出生后2个月到4个月，是操纵游戏非常重要的时期。这个时期除了要让婴儿愉快地游戏之外，大人也应该陪着他一起愉快地游戏。由于婴儿还没有办法自由自在地握着玩具玩，因此，大人握着玩具和婴儿一起玩是非常重要的。

这个时期一定要努力促进婴儿握的能力发育，以及手指张开用力的能力。





这是因为操纵游戏的目的，便在于让婴儿学会握紧手以及张开手，是迈向下一阶段发育非常重要的步骤。

由于婴儿有把握反射，因此母亲可以将自己的食指从婴儿小指的方向伸入他的手掌，让他握住。一开始是因反射而握住，但是每天进行这样的训练之后，他就学会了运用自己的意志来握。

让仰卧的婴儿用双手握住母亲的大拇指，而母亲用其他的手指覆盖住婴儿的手，并把他拉起来。或者是让婴儿垂吊在铁棒下，有些婴儿甚至能够垂吊一分钟之久。

出生后3个月，是婴儿发出声音、笑的时候，这时他的颈部已经慢慢地挺直了，也会开始喃喃自语。

这个时期也是手指张开的时期，要一面让他笑，一面让他把手指张开，而达到操纵笑的效果。

从这个时期开始要给他玩具，并训练他用手握住。而且，从六个月以后，就不太吸吮手指头了。

出生后4个月到6个月，是一张一握的游戏时期，在这段时期内，最好训练婴儿自己去拿玩具。

当婴儿躺在床上时，将玩具吊在他伸手可及之处，诱发他想去拿玩具的心情。

在学会翻身之前，张开双手与握的能力是非常重要的。把握的迟缓是非常严重的迟缓，因为在这个时期里，成长变化非常激烈，所以即使是一点点的迟缓，对孩子来说，却会造成非常重大的影响。如果该是这个月的进步却迟了半个月，也许就会出现程度非常大的个人差距以及形成优劣。

出生后135天左右，婴儿握的能力发育，只会用手掌以及小指、无名指、中指等三指来握。在这个时期可以给





他铃鼓，让他充分掌握摇动、敲、拿，也可以让他拿咀嚼的玩具。

一张一握的游戏不足时，孩子的发育会出现异常。此外，如果在这个时期不常笑的孩子，他的人际关系也会扭曲。如此一来，即使到了6个月以后，还是经常看到他在吸吮手指头。

光靠奶瓶来育儿，光听机器的声音来育儿，则孩子喧闹反射的能力就会很弱，而且操纵游戏以及一张一握的游戏不足时，便很容易产生异常。

让婴儿自己用手抱着奶瓶，孤孤单单地躺在床上喝牛奶是错误的，因为这样会造成他的人际关系淡薄。

相对于此，玩具可以说是增强人际关系的媒体。

如果在这个时期让他充分地拿玩具，他就不会吸吮手指头。理由有两项：

第一，以玩具来取代手指头。

第二，因为他开始积极的探索活动。

与大人间的游戏，也能通过这点往前迈进。这样的孩子已经没有必要吸吮手指头了。

喜欢咬着小棉被睡觉的孩子，也显示出玩具游戏的不足。

玩具游戏也会影响爬行能力，因为在爬行时，一定要充分地使双手手指张开，借以支撑身体才行。

如果玩具游戏少，则手指张开的能力就会变弱，就没有办法充分地张开，也无法顺利爬行。

如果大人没有通过游戏而给他适当的玩具，他就学不会握住玩具的能力，而没有办法充分培育出他手的握力以及张





开力。

如果只是让婴儿自己躺在床上，任由他流口水、或是拿着小棉被玩耍、自己喃喃自语，这样就无法培育出孩子把握的能力，便会造成各种的障碍。

一定要预防他不玩玩具而可能产生的各种障碍。

如果是障碍儿的情形，大人可以积极地通过玩具的游戏，而与孩子有密切的关系。否则，就只会使得障碍的症状愈来愈扩大，迟钝的情况愈来愈严重。

六、摇晃游戏期的玩具

婴儿从出生后6~9个月，是属于摇晃游戏期。

从6个月开始，是摇摇晃晃、非常快乐的时期。

7个月之后，就可以把婴儿抱起来，让他在空中转来转去，或者是以双手支撑他的腋下，让他的左右脚不断地在地面踢。

8个月的婴儿非常喜欢激烈的摇晃，这时的他很喜欢玩飞很高的游戏。

这个时期的孩子非常喜欢玩活动全身的变化游戏。

喜欢爸爸将他举得好高，并且一起游戏的孩子，就可以扩展外在的视野。不过，了解这种游戏变化的孩子，应该不会喜欢坐学步车。

而不懂得因摇晃游戏而产生喜悦的孩子，就会喜欢坐学步车。

这个时期如果和双亲之间的游戏不足，就会培育出喜欢玩弄自己的脚，或者是一个人孤孤单单、无所事事的婴儿。





由于人际关系的不足，便会培育出自闭症的孩子。为了弥补这个刺激的不足，他会开始用头去撞地或者撞墙壁，而出现这种自虐的行动。

所以大人一定要积极地拿玩具给孩子玩。

发现性的玩具最适合这个时期的孩子。

不倒翁能够满足这个时期孩子的好奇心，他非常喜欢不倒翁倒下去，又恢复原状的变化。

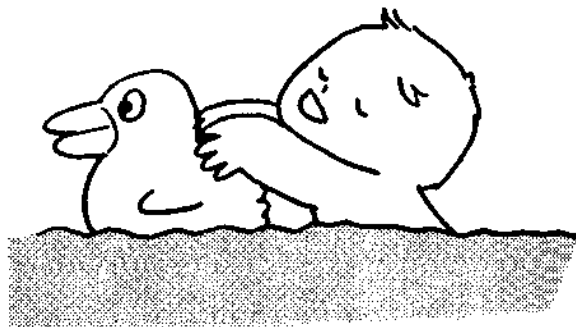
塑胶玩具可以在洗澡时拿进浴缸里，而这个时期是浴缸玩具的时期。

用手将塑胶玩具鸭子压入水里，再试着将手放开，会发生什么变化呢？没想到鸭子又会自然地浮出水面，而婴儿看见这种情形会非常高兴。

先由母亲做几次给婴儿看，之后婴儿就会自己把鸭子沉到水底下，并期待鸭子浮出水面。婴儿从玩具当中可以学到，即使刹那间看不见，但是仍然有物的存在这种“物的持久性。”

这是培育婴儿的内在语言最适当的玩具。

只要摇晃、挤压便会发出声响的玩具，可以使这个时





期的孩子充分活用他的手指。

让孩子用手指捏一捏、转一转、压一压，如果可以动的部分有很多，不但可以满足孩子的好奇心，同时也可以锻炼他手指的灵巧度，是训练他用大拇指和食指来掌握小物品的好方法。

在这个时期进行手指头的训练，对于当时的成长发育非常重要。

七、手指的发育与语言的发育关系密切

障碍儿通常只会停留在使用大拇指、食指、中指三指掌握东西的阶段。

不会说话的孩子，他的手指发育也只能达到这个阶段。然而，如果能使用这三只手指头来掌握物品，就开始能够听到人的语言，因为手的灵巧度与对话能力的获得，具有非常密切的关系。

对于语言发育迟缓的孩子，一定要先加强训练他手指的灵活使用度。即使是小学生，但只要是语言发育迟缓的孩子，他的大拇指以及食指的发育也一定迟缓。

培养握物品的能力，需依照以下的阶段进行：

- 3个月 想要抓物品，但是却握不住
- 4个月 能够伸手触摸物品
- 6个月 会用整个手掌来抓物品
- 7个月 会用大拇指以及手掌来掌握物品
- 8个月 会用全部的手指头来掌握物品
- 9个月 会用大拇指、食指、中指三只手指掌





握物品

- 12个月 会用大拇指以及食指两个指头拿物品

婴儿从用整个手掌握物品开始，直到大概九个月时，才分化为用手指掌握物品。而从九个月起，就是帮忙游戏的时期。

这个时期的婴儿，会一边扶着东西站起来，一边徘徊在餐桌的周围。

婴儿会将餐桌上的东西抓下来，或是用手将物品移动。

他会将眼前看到的物品放入口中，所以对母亲而言，这是千万不要让孩子离开自己视线的时期。

从九个月开始，也是“拜托游戏”的重要时期。如果这时你拜托孩子去拿东西，他就会立刻去拿来。

充分地进行这个游戏，对于训练他将物品交给他人，是非常重要的过程。

请让这个时期的婴儿记住拜托游戏，因为拜托游戏就是这个时候开始的。

接下来让孩子坐在地面上，然后让他把球滚过来给你。

或者可以开始请他帮忙，“帮妈妈把报纸拿来好吗？”“请你把这个拿给爸爸，拜托！”尽量让他帮忙。在这个时候充分帮忙的孩子，会比较早达到生活自理。

这个时期应该尽量让他活动，而且不只是活动，也应该尽量让他帮忙做各种事情。

让他熟悉帮忙的游戏，可以让他通过对于语言的了解，并与行动相结合。

相反的，对于这种游戏进行不足的孩子，他们的发育便比较迟缓，没有办法独立，也没有办法自行处理身边的





事物。

八、玩具可以协助脑部障碍儿的发育

玩具有助于孩子的成长发育，这个道理同样适用于障碍儿。

但是，严重障碍的孩子，即使给他玩具，他还是会表现不感兴趣的样子。因此，双亲就懒得再给他玩具了。事实上，这种态度是错误的。

脑部障碍儿因为感觉障碍非常严重，所以他的发育会非常缓慢。如果你就这样放任不管，那他就几乎没有成熟的希望了。

自然成熟说对于障碍儿而言，是没有任何根据的。

能力绝对不是天生的，为了要使能力成长，得自于环境的营养是不可或缺的。

玩具对于障碍儿来说，是培养能力最重要的营养。

如果你期待自己的孩子有非常良好的发育及成长，就一定要在后面助他一臂之力。

虽然拿玩具给障碍儿玩时，他表现得一点兴趣也没有，但是，决不可以因此而灰心。

即使给障碍儿相同程度的刺激，他也不会表现出和普通孩子一样的反应。

借助于各种刺激，便可使他的感觉复苏，并引发出他的反应，这是非常重要的。

但是，该如何做才能引发出他的反应呢？





九、引发出反应的三个条件

想要引发出孩子对于玩具的反应，有以下三个条件：

1. 不要太早下结论，认为孩子不想玩这个玩具

即使对障碍儿来说：“这个玩具很好玩呀！快来玩！”但是，他并不晓得如何玩这个玩具。

应该先玩给他看，并耐心地教他怎么玩，让孩子的兴趣萌芽，再帮他一点一滴地了解玩具的机能。

要花很多时间，还要非常仔细地教他，这点非常重要。

2. 必须认识到，让孩子对玩具感兴趣，需要花一段很长的时间

要让孩子懂得如何玩玩具，而且很愉快地玩玩具，需要花一段很长的时间。而在这段时间中，他学到了：

- (1) 仔细看
- (2) 仔细听
- (3) 仔细模仿

以上三点非常重要。

当孩子对于你所给的物品表现拒绝反应时，就应该看看孩子自己想做什么事情，并从孩子想要做的事情开始着手。

对于喜欢玩汽车的孩子，可以让他开始玩拼汽车的拼图。

一开始他也许会表现拒绝的反应，但是由于他本来就喜欢汽车，因此，如果母亲在他身旁很有兴趣地向他讲解，并拼给他看，就会引发出他的兴趣。





从每天反复不断地操作当中，他会渐渐地显示出兴趣。

当他对汽车的拼图表现出兴趣时，就可以增加种类。

在表现出兴趣当中，他的集中力也会不断增加。对于根本不会自己拼完拼图的孩子而言，大人也可以在一旁动手帮他。

我们必须了解，能力是在反复不断操作中培育的。

在这个反复操作的过程中，即使他没有记忆或是不能理解也无所谓，因为光是机械性的反应就确实能够启开能力的回路了。

当这个能力启开之后，他就懂得如何玩玩具，也就能领略到玩玩具的快乐了。

如果家长一开始就放弃帮孩子玩玩具，则孩子就不会进步了。请家长一定要相信，玩玩具的快乐以及魅力一定能够胜过孩子的拒绝。

如此一来，孩子与玩具之间就会产生新的关系。

当你非常有耐心、仔细地教他如何玩玩具，一直等到他显示出喜悦的表情时，恐怕得花一段很长的时间，因此，家长必须非常有耐心。

3. 必须了解兴趣是善变的

也许孩子本来很喜欢这个玩具，但是，之后又不喜欢时，双亲就应该了解到，这个玩具已经失宠了，孩子对这个玩具已经不再感兴趣了。

可是很多双亲都不了解这件事情，而不断给孩子相同的玩具。

当孩子学会如何玩一种玩具时，他就不会再对这种玩具感兴趣了。





这时，你最好再给他换一种新的玩具。

会发生这种情况，是理所当然的。但是，通常双亲都没有注意到，反而会感到莫名其妙：本来孩子很喜欢的玩具，为何现在变得不喜欢了呢？

当你给他新的玩具之后，他又开始体会到玩新玩具的快乐，因此，孩子又会开始积极地摆弄新玩具游戏了。

十、教导时的五项重点

当你在教他体会玩玩具的快乐时，要注意的事项有以下五点：

- (1) 和他一起玩
- (2) 重复地玩给他看
- (3) 诱导他
- (4) 帮助他
- (5) 对于他能玩玩具要表现出喜悦

从(1)开始解说。

对于很难集中精力的孩子来说，适当地指导他集中精力，并帮助他，是非常重要的。

最有效的方法就是家长陪他一起玩，这可以产生微妙的紧张感觉，而且在心理上一起游玩的意识非常重要。

你可以让他坐在你的膝上，抱着他一起玩。

如果孩子讨厌人家抱他，可以改成和他并肩而坐。

在玩玩具时可以适当地利用桌子，也可以让他坐在桌子上玩玩具。

这是对于注意力不集中的孩子而言，能提高其集中注





意力的道具。若是眼睛不好的人，可以戴上眼镜。

(2)对于不注意玩具存在的孩子而言，你可以重复多玩几次给他看，这点非常重要。因为如此便可培养他正确看物品的方式，以及拥有正确的模仿力。

(3)引诱是最重要的一点。巧妙地引发他想摸摸看、想玩玩看的兴趣。

你非常耐心地重复玩玩具给他看，这也可以提高他的集中力。

当孩子在玩玩具时出现注意力不集中的情形时，你可以从旁帮助他。如果还是没有效果，干脆就自己再玩一次给他看。

(4)当孩子始终无法自己找出答案时，可以由你帮助他。但是，如果是孩子自己会的事情，就不要插手。因为如果你在一旁不断地干涉、不断地插手，只会剥夺他的思考能力。希望各位都能了解，教就是等待的重要性。如果全部教他，就无法培育出他自己的思考能力了。

如果孩子只失败一次，不要立刻插手纠正，有时候可以鼓励他，让他经由自己的努力而达到成功。

如果真的太困难，使他提不起劲儿，可以适时给予协助。

如此踏实、循序渐进地教孩子玩玩具，非常重要。

(5)当孩子独立完成一项游戏或一项任务之后，家长要非常高兴地鼓励他：“你做得非常好！”

孩子并不擅长表现自己的内心，以及将自己的想法传达给对方知道。

“真是好玩呢！”你可以教导他表现喜悦、快乐的方法。





但是如果每一次的奖励都过了头，会让他养成习惯，而觉得你对他的奖励并没有什么特别。

不只是言词上的鼓励，你也可以摸摸他的头、轻轻地拍他的身体，或者是抱抱他，让孩子的内心感到非常舒服，这点非常重要。

教导障碍儿玩玩具的快乐性，顺序如下：

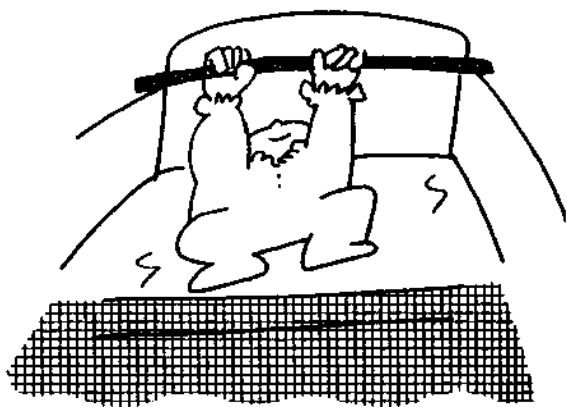
和他一起玩→多重复几次→引诱他→让他插手→和孩子一起游戏。

依照这个顺序教孩子玩游戏，他就能逐渐了解玩玩具的喜悦。





第五章 培育出运动能力 高的孩子





孩子的运动素质并非先天的，而是通过后天培育和自身锻炼取得的。

以前，我们都认为，运动的能力是与生俱来的，但事实上，如果我们能够在婴儿出生之后，就想方设法提高他的运动能力，他的运动能力就会进展得非常好。

可以从以下事实中得到证实：

——三个月的体操横木——

当我的孩子刚出生时，我便想在她的床上、她手够得到的地方放一条横木。于是，在女儿出生后三个月，她得到了“体操用横木”这项礼物，这是女儿第一次接触的运动器械。

我将横木放在婴儿车上，一开始我教她如何触摸横木，以及当横木在她脚下时，如何用手去够它，坐着时如何碰横木，站着时如何碰横木等等。女儿对于这个出生后的第一项礼物，感到非常满意。她常常在婴儿车上“出发”去碰横木，孩子的喜悦实在是笔墨所难以形容的。

然而，周围的朋友看到这种情形却非常担心，“从来没有看到过这样的事，才三个月的孩子怎么可以让她站呢？她的脚还那么软弱，这样骨骼会弯曲的。而且摇摇晃晃的，不是很危险吗？”大家你一言，我一语地议论开了。

可是，他们并没有注意到，孩子的体重并不是只由双脚支撑，还有手、背部所有的肌肉也都在支撑着。这样不但毫无危险，反而能够促进骨骼以及肌肉正常





的发育。所以，我家的孩子不但手脚非常结实，而且还非常匀称。

——摘自尼克森夫妻的著作

一、学习尼克森夫妻培养孩子高运动能力的方法

尼克森夫妻是前苏联的中学*老师，他们夫妻所生的7个孩子都接受早期教育，不论在知识方面、性格方面、身体方面、运动方面，都有非常优异的成绩。

下面介绍尼克森夫妻育儿法中，有关培养运动能力的方法。

首先，在尼克森夫妻家中有专为孩子准备的体操室。在体操室中，从天花板垂下一根绳子，下面挂了一个吊环，而地板上则铺有海绵垫。此外，还有铁棒、梯子、哑铃、沙袋等等。在这个房间的一角，堆积着相当多的图画书，架子上面有洋娃娃和各种玩具动物等。对于要玩组合玩具或是各种游戏而言，这个地方显得太小了。

由此可知，尼克森夫妻家并不宽敞。

二、首先是健康

要提高孩子的运动能力，首先一定要让孩子的身体健康。

* 前苏联施行十年一贯制义务教育，包括小学、中学。





尼克森夫妻首先培养孩子不怕冷，两个人都认为“寒冷是医师”。因此，夫妻两人在孩子小的时候，就让他们在寒冷的苏联雪地中裸体外出。

当婴儿九个月时，正值二月左右，他们觉得那时的太阳光很温暖，就像春天一般，而且积雪非常光亮，晴空一片蔚蓝。他们的想法也充分地影响到孩子。

孩子很喜欢裸奔，很高兴地在爸爸的手中蹦蹦跳跳的。在家里也不穿拖鞋，而且只要穿着厚重的衣服，就会感到不舒服。

一天大约裸奔 30 秒的时间。

当孩子一岁半时，就能自己赤脚走出雪地，一家人将这种健康法称为雪健康法，并视为重要的运动项目之一。

三、把寒冷当成朋友

尼克森夫妻认为寒冷是孩子的朋友。当孩子有湿疹、身体不舒服时，他就让孩子裸体外出。屋子里面的温度为 25°C ，外面则只有零下 10°C ，温差约 $30^{\circ}\text{C} \sim 35^{\circ}\text{C}$ ，但他们却认为这是最好的健康法。

据说在古代的苏联地方，他们从温暖的浴室出来之后，便立刻到雪地里去，然后过了一会儿再回到浴室，并反复进行几次这样的锻炼。

由于前苏联是非常寒冷的国家，所以在婴儿的尿片外部还包着毛巾布，使其保持在 $33^{\circ}\text{C} \sim 34^{\circ}\text{C}$ 的温暖当中。然而当婴儿刚睡醒，将尿片拆下时，就会立刻接触到室温，约 $18^{\circ}\text{C} \sim 25^{\circ}\text{C}$ 。而在地上爬时，则为 $10^{\circ}\text{C} \sim 12^{\circ}\text{C}$ 。





孩子们就是在这种温差中培育的。除此之外，他们还让孩子们进行所谓的冷水健康法，即用冷水洗身体的一部分，或者是全部。

一开始，孩子们也有点害怕，但不久之后，他们就习惯了冷水健康法。

在各种方式之下，就培育出不怕寒冷、很少患疾病的孩子。

四、运动能力应从胎儿时期开始培养

尼克森夫妻都认为，运动能力应该从胎儿时期开始培养，因为在腹中活动力愈强的胎儿，出生后其运动能力也就愈高。

孕妇进行煮饭、洗衣、扫地等等体力劳动，并且将这种精力旺盛、精神饱满的状况影响胎儿。此外，当孕妇抚摸腹部时，胎儿就会在母亲的腹中不停地踢，这就代表胎儿的运动能力提高了。

像这样，在腹中运动愈充分的孩子，其运动的能力就愈高，在生理上也愈成熟。反之，不喜欢劳动的孕妇，当然就会生下在生理上不成熟的婴儿。

在分娩之前，孕妇愈是勤劳于家事，对于胎儿而言，便是愈好的训练。

五、利用新生儿肌肉的紧张亢进

如何锻炼刚出生婴儿的运动神经呢？尼克森夫妻认为，





让婴儿穿着单薄的衣服是最重要的，因为穿着厚重的衣服会使身体不自由。

婴儿除了睡眠以外的时间，都是裸体或者是只穿着薄薄的一件衣服。因为婴儿感到寒冷，为了要取暖，很自然的肌肉就会呈现强烈紧张的作用。这样便能培育出不怕冷的孩子。反之，如果让他习惯穿厚重的衣服，就会培育出怕冷的孩子。

若让孩子太过于温暖、穿太多衣服，会降低肌肉的运动力，使得肌肉变得松弛。因此，从刚出生开始，就应该让他穿着薄薄的衣服，便可增强肌肉组织的活力。

夫妻两人从医院回来的那天开始，就进行婴儿体操，最初的教练是妈妈。

当他们为婴儿做婴儿体操时，并不是非常小心翼翼，而是非常有活力地对待他。因此，当婴儿想要翻身、想要活动的时候，只要轻轻地给他一点帮助，就能使婴儿轻松地达到目的。

在此，让我们更大胆地对待婴儿吧！为了要适应外界的环境，婴儿会拼命使自己的肌肉紧张，这便称为新生儿的肌肉紧张亢进。一天多进行几次抱婴儿、让他翻身的动作，是很好的肌肉锻炼，再也没有比这个更好的训练了。

然而，要非常有活力地对待他，而非粗暴。也不要让婴儿感到不舒服，或是在周围人的眼里看来，像是非常不舒服的对待方式。





六、利用婴儿先天的运动反射神经

另一项能提高婴儿运动能力的，就是利用婴儿先天的运动反射神经。这是非常重要的。我们每一个人生来就具有了各式各样的能力，这些能力随着我们出生的环境，在必要的时候，这种能力就会愈来愈激昂，但是如果在不必要的时候，这种能力就会渐渐消失。

刚出生的小猿猴，会不断地跟在母亲身边，母亲走一步，他就跟一步，一步也不离开。而人类的婴儿刚出生时，也会握住大人的手指头。

因此，我们也可以利用婴儿的这种反射性，让刚出生的婴儿仰卧着。母亲可以将手指放在他的手掌上让他握着，再轻轻地将他的身体拉起来，反复地进行这项运动。

这时，因为脖子还不是很坚硬，所以也许头会往后仰，但是这对婴儿并不会有什么不好。

反复进行这个运动，则婴儿在不到两个月的时间，就可以抓住母亲的手指，并把身体抬起来。这个仰起的运动一开始进行5-10秒，当你觉得婴儿的握力减退时，就要立刻让他躺下。

七、利用支持反射的作用

刚出生的婴儿还有另一项支持反射的作用。当你抱着婴儿，让他坐在你的膝上时，婴儿就会用双脚踢你的膝盖，并且好像将全部的体重都放在脚上似的。





这对于促进婴儿运动神经的发育是很有益的。
抱婴儿的时候，请让他进行这项运动。

八、出生3个月就会从床上跳起来

当婴儿能在母亲手上吊40秒~60秒之后，就让婴儿握住母亲的两只手指。当婴儿握住两只手指之后，就用力把婴儿从床上拉起来。

当他习惯了之后，就用单手的食指及小指让他握住。一开始婴儿会站在床上，接下来稍微让他蹲下，然后再往上跳。

爸爸就好像把婴儿拉起来似的，把他抱到怀里，这就是跳跃体操的作法。

尼克森夫妻的孩子们都非常喜欢这项体操，一直持续到五六岁。对于3~5个月的婴儿，通常一天会将婴儿从床上抱起10~20次，当要将他抱起来时，就进行这项训练。这不只训练婴儿的手而已，而且也锻炼了他的背部、腹部，以及胸部的肌肉。

九、出生3个月体操用横木

婴儿很喜欢前述这种跳跃体操，但是一天进行好几次，母亲大概会受不了。于是，尼克森夫妻便想出了一个办法。他们在床上摆了一根横木，放在婴儿躺在床上时手够得到的位置。因此，尼克森夫妻的孩子在出生后3个月，都会得到一根体操用横木的礼物。





婴儿会借助于这根横木使自己坐起，然后站起来。对于3个月的婴儿能利用这根横木站起来，吓坏了周围的人。“从来没有见过这种事情，才3个月的孩子怎么会站呢？他的脚还这么软弱，这样不会使骨骼弯曲吗？”对于这些怀疑，尼克森先生说：“他的体重不只是靠双脚来支持，还有手、背部的肌肉也在支持着，所以这完全没有危险。不仅没有危险，还能促进骨骼和肌肉正常发育。我们家的孩子，手脚都非常结实，不只是大而已，还非常匀称。”





第六章

思考培育感性的教育





在此想要谈谈感性教育的重要性。如果要谈新的育儿法，却错过这一项，可以说是落伍了。

本章就来学习感性教育的重要性，以及感性教育的目标吧！

——感性是一种内心感到满足的作用——

我们应该要有正确的认识，对于人类教育可说是最重要的，就是使得我们生命活动的感性。正是“在无意识当中，不断地追求满足自己内心的事物，期望自己成长的存在。”

如果偏离了这项事实，则所有的教育活动就变得无意义了。

当我们得到缺乏感性的物品时，我们绝对不会感到喜悦。

至少教育的目的，就是给予“我懂了！”、“我会了！”“实现了！”这种感动与喜悦。

这就是在“感性人的教育理念”当中，最被强调的部分。

每个人都“想了解”、“想知道”，而这就是使我们人类成长、前进的原动力。

——鬼木丰《感性的恢复》

一、何谓感性

首先说明培育感性的重要性，因为不管是在工作场所或是学校中，大家都在提倡感性教育。





到底什么是感性呢?要培育感性,首先必须要知道感性的性质。

什么是培育感性的教育呢?

现在的教育是以理性为中心,但是我们也不能忽略感性。然而,要用语言来解释感性,是很麻烦的。

感性和理性是相对的,这里所提的培育感性,就是从以培育理性为中心的教育当中,培育出反对理性的感性。这样解释,也许大家比较容易懂吧!

要了解感性就是这么困难。

二、感性的中心要具备爱

刚出生的婴儿还没有理性的作用,也许我们可以认为他们只有感性。

当我们在思考如何培育婴儿的感性时,就会了解好的感性教育为何物了。

理性教育是无法好好育儿的,感性教育才是巧妙育儿的关键。因此,要使自己的婴儿好带,首先就要进行感性教育。

婴儿的感性最先是由母亲的爱所培育出来,当母亲抱起刚出生的婴儿时,就能给他感性。而当婴儿的内心感到满足时,便可培育出感性。

感性的中心首先就是要突出爱。如果在婴儿的潜在意识中相信自己被母亲所爱,则这个婴儿也能对其他人敞开心胸。若使用理性来培育婴儿,他是不会敞开心胸。换句话说,能使婴儿敞开心胸的,就只有感性。





感性的第一欲求可以说是“想被双亲温柔地抱着”。如果你没有以这种方式来养育孩子，则孩子的内心发育就会不健全。因此，我们便可了解其基本就是“如果没有办法得到使自己内心满足的东西，就没有办法感到喜悦，而这就是感性”。

三、感性与理性的关系

如果能够巧妙地培育出孩子的感性，则孩子的内心就会发育健全。但是，双亲往往只为了要使孩子变得更聪明，不断地进行理性的教育，因而忘了培育孩子的感性，这其实就是个陷阱。

所谓感性的教育，就是让孩子关心，引导出孩子关心本性的教育。能够培育出孩子的感性，才是最佳的育儿法，才是巧妙创造孩子感性能力的教育。

感性教育是以孩子为主角的教育。然而，双亲在不知不觉当中，往往都是以双亲加诸于孩子身上的希望为中心，而进行教育。

孩子的感性原来就是充满在知识欲、认识欲当中，而感性就是本来想知道。只要能够巧妙地培育，不令其枯竭，就可以巧妙地让理性的教育中，也能充满感性教育。

人不是只有感性就可以了，另一方面也非得要培育理性不可。但如何使两者调和，就是问题症结所在。

爱迪生因为在学校里被老师认为太愚笨，因此他被要求退学。然而，他的母亲了解他，为了符合他感性的诉求，便让他学习他所关心、有兴趣的事物，结果他终于成为世





界上有名的发明家。

海伦·凯勒一出生，眼睛就看不见，耳朵听不到，口不能说、手不能写，就像野兽一般。但是，当她遇到沙利巴老师之后，老师让她摸洋娃娃，唤起她优雅的心情，并且教她用手触摸d-o-l-l这四个字母，开始培育她的理性。

这就是掌握感性，并给予语言、知识，才能培育出海伦·凯勒娇嫩的感性。而想要巧妙地培育感性，语言与知识——即理性的作用，必须肩负很大的任务。

关于感性与理性的这层关系，对于身为父母亲的我们来说，是不可不知的。

教育本来的目的就是要让孩子更想看、更想了解、更想知道、更想学习，对这种感性的欲求活动更加旺盛。

四、对不同年龄的孩子进行感性教育的重点

0~3岁

在孩子0~3岁时，一定要让孩子充分感受到母亲的爱，这就是重点。当孩子无法顺利接收到母亲的爱时，母亲就会觉得孩子不好带。这样的孩子总是黏着母亲、腻着母亲，经常哭泣、闹别扭、容易生气、不太想学习、成长迟缓、头脑不好……

母亲通常都不清楚原因何在，更不会觉得原因是出于自己，有时甚至会觉得问题出在孩子身上。

在孩子0~3岁这个时期中，母亲应该充分注入母爱，只要给孩子充分的爱，就可以消除孩子的欲求不满。用爱来满足孩子，则其本来的感性欲求，即学习欲求，就会巧





妙地被发现。

抱着刚出生的婴儿，让他觉得心安，让他玩味到感情，这便是基本。在婴儿出生之后，一定要让孩子享有这样的感情。

然而，在现实生活中，常常无法如此。所以婴儿的心灵就会呈现欲求不满的状态，感性也就狂乱了。

即使事后弥补也无所谓，只要觉得孩子带起来很不顺手，就抱抱他，让他心里有安全的感觉，给与他充分的感情。当他的心获得满足时，就会对母亲产生信赖的感觉，而且透过这层信赖的感觉，他就会敞开心扉。

婴儿借助被母亲抱在怀里，就能够培育他信赖母亲、信赖父亲、信赖自己、信赖社会的心。

不会说话的孩子，就是没有培育出这种心的土壤。如果培育出这种土壤，就能够说话，因为语言就是在母亲的爱中培育出来的。

此外，感情本来就是一种欲求，如果能够完全满足孩子更想知道、更想学习的这种欲求，就是最佳的感性教育。然而，前面也曾提到过，这是一个陷阱。因为双亲往往会忘了感性教育，而走向培养理性教育一途。所以，当孩子愈大时，就会带得愈不顺手。

即使孩子觉得这样已经够了，已经不想再看书了，双亲仍会勉强孩子吸收，只想培育他成为聪明、会读书的孩子，而走向知性教育一途。

然而，会培育孩子感性的母亲，她非常了解现在所给与孩子的，是不是能够唤起孩子感性的喜悦。由于这是能够掌握孩子感性欲求的教育，因此不会偏离感性教育。





3~6岁

3~6岁的重点，是教育孩子自我控制。因为婴儿不管什么事情都依照感性的欲求，不管自己想做什么事情，就一定要做什么事情，因此便是这个时期的教育中，最应该警惕的一件事。

一定要教孩子忍耐，因为社会有社会的规矩。我们既然生存在这个社会上，就一定要遵守社会上的规矩，这是非常重要的条件，一定要让孩子记住。如果理性能够沿着感性走，则做起来就容易多了。

在这个时期中，如果孩子随心所欲，便只是负面的教育。例如，不良少年的最大特征，就是不会控制自己。对他们来说，凡事只要不依照自己的意思做，就会受不了。这些孩子都是理性不发达，没有学会忍耐的孩子。

要让孩子学会忍耐有其基本的方法，即孩子必须感觉到自己被双亲所爱。如果孩子能感觉到自己被母亲所爱、被父亲所爱，他就会很率直地听从父母的指导，依照父母所说的去做，而充分压抑自己的欲求。此外，充满学习欲望的孩子，会非常稳健。

在托儿所或是幼儿园中，为了要使孩子的感性能够伸展，因此，在他们的重视之下，便设计一段时间，让孩子想做什么就做什么，想进行什么活动就进行什么活动。但是，光是这样做，就算感性教育吗？实在令人怀疑。

为了要满足孩子们想要学习的欲望，因此非得要进行理性、知性的教育不可。借助于理性、知性的教育，才能够消除粗暴，培育出性格善良的孩子。





6~12岁

从6~12岁,是属于健全引导感性与理性的时期,必须对孩子说明,使其了解,并对他们的要求有所回应。

绝对不可以只是从上面压迫他,要他一味地服从双亲,因为这个时期是理解教育的时期。因此,为了让孩子理解,亲子之间一定要进行充分的对话。然而,与其说是充分的对话,倒不如说是父母亲要充分地了解孩子说话。

12~16岁

12~16岁是了解、理解的时期,这个时期的孩子会理性地反抗双亲。

2~3岁的第一次反抗期是属于感性的反抗期,他会毫无道理的就开始进行自我主张。这时做父母的就必须很巧妙地配合孩子的感性。然而,12~16岁的第二次反抗期,是属于以理性为基础的反抗期,这时孩子会以道理反抗双亲。

因此,双亲一定要表现出自己能够了解、理解孩子,并适时针对这个问题提出父亲的看法,请孩子参考,然后再让孩子自己斟酌。

以上针对各个年龄段,叙述了感性教育的重点,然而事实上,这是无法如此整齐划分的。

如果你从3~6岁才开始教他忍耐,他是没有办法立刻学会的。如果想让3~6岁的孩子已经很会忍耐,则一定要在0~3岁之间,便让他一点一滴地从小的自我忍耐开始训练。

如果孩子在0~3岁之间,母亲总是让他随心所欲,就无法让孩子在3~6岁之间学会重要的自我控制。

同样的道理,在6~12岁之间健全地引导感性与理性,





也是一样重要。如果在3~6岁之间没有培育出孩子的理性,则往后孩子是无法了解的。

各位父母必须了解,每一段时期都会受到前一段时期的影响。

五、何谓感性教育的目标

为何现在要不厌其烦地介绍感性教育呢?因为现在是教育流于理性教育,使得孩子的感性发出悲鸣的时代。

感性,就是人生而为人所必须具备的德育。在这个社会上,忘记感谢父母、忘记感谢邻居、忘记感谢社会的人何其多,而这些人都是理性教育下的孩子。

如果使感性复活,就可能进行意志的力量、爱的力量、感情的力量、感动的力量等等心灵的教育。

如果孩子拥有感性,就会存有一颗感谢的心。但若经由理性教育培育,便只是缺乏感谢心情的孩子。

重点便在于此。感性教育是为了要使人类教育复活,此外,若能培育出丰富的感性之心,便能培育出非常优秀的创造性。

现在世界上的各个领域都在等待优秀的领导者出现。

那么,现在世界上所要求的领导者该具备何种条件呢?

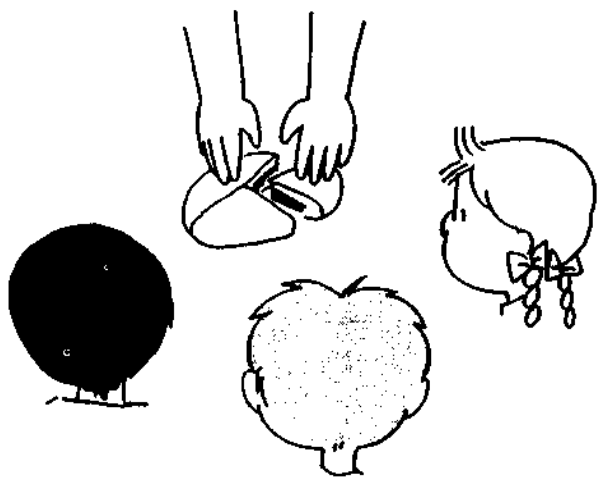
- | | |
|--------------------|-----|
| (1) 对于工作的知识、技术、资讯力 | 25% |
| (2) 行动力 | 25% |
| (3) 感性能力、共感能力 | 50% |

而其中第一被要求的是感性能力,因为感性教育是人类
的恢复教育。





第七章 良好的教养





很多母亲都在为不知该如何教养自己的孩子而烦恼。但是，也有很多母亲将教养摆在一边，只是希望孩子在智能方面可以非常聪明。

如果母亲认为会读书的孩子才是好孩子，不会读书的孩子就是坏孩子，这样做只会扭曲孩子的内心。

本章将阐述何谓教养、教养的重点，以及讨论该如何看待自己的孩子，以及该用何种方式对待自己的孩子，并希望每位母亲都能快乐地育儿。

一、何谓“教养”？

何谓“教养”？就是教育孩子学会好的言行。好的言行决非放任不管就可以垂手可得。母亲一定要以触及孩子心灵的方法来教他。

教养最重要的就是守规矩，亲子之间在家里应该要有家规，遵守家规则亲子就能过着非常快乐、舒适的生活。

小学以上的大孩子，可以由亲子一同来制定家规。当不遵守家规时，母亲就可以生气，并且要孩子认真地述说家规是什么。当然，这并不是恨孩子，而是要发自内心的来教导他、帮助他成长——我们就这样约定。

在此最重要的一件事，就是绝对不可以斥责孩子，不可以否定孩子，只能责备孩子错误的行为。而且，必须告诉孩子，他本身是被关爱、被信赖的。

——不同年龄孩子教养的重点——

最后，我们谈谈有关针对不同年龄的孩子进行教养的





重点。

0岁

0~1岁之间是决定性格基础的时期,在这段期间内,大脑和间脑的连结完成,而间脑是在交感神经的部分专司感情。

要培育出平和的感情,最重要的就是要满足生理的要求,使内心安定。

让孩子在这个时期里过着舒适的生活,如果生活非常不安定,会影响到他一辈子的性格。

在这个时期,痛苦、不安定、焦躁、哭泣、别扭、疼痛、太热、太冷、太啰唆、过度受到妨碍等等,都是属于负面的经验。

要使他心里安定,首先要使他生理安定。当母亲抱着孩子喂奶时,母亲不要焦躁,要在非常安定、沉着的气氛下,让孩子吸奶。

以舒服的姿态抱着婴儿,并与婴儿的视线相接,然后心平气和地喂奶。

不一定要规定几点喂奶,最好进行自然的喂奶。

要避免孩子生病,从孩子三四个月开始,就渐渐地断奶了,从五六个月就真正进入断奶期。

如果只喂孩子母乳,或是牛乳,而不给与任何断奶食品,就会造成营养不良,并且会妨碍他咀嚼等口腔方面的作用,因而在日后的饮食方面造成问题。

过了6个月之后,要改掉他总是喜欢被人抱的习惯,尽量让他独自躺在床上一个人玩耍。要对孩子适度地放手,不要干涉过多。





1岁

1岁是开始学走路的时期、随着他脚步的移动,身心也慢慢地成长。

婴儿在这个时期不管对什么事情都非常感兴趣、正处于实验期。因此,不要什么事情都说不可以、不行,应该不管什么事情都要让他实验。

如果什么事情都不让他做,什么事情都不让他碰,那么,他就会欲求不满,也就只会培育出缺乏干劲、唯唯诺诺的孩子。

如果只将他局限于一个圈圈中,他立刻就会觉得厌烦,所以应该让他拥有比较宽松的活动空间。

背孩子有好也有坏。当背孩子时,可以使他的心情安定,但是如果太常背他,反而会使得刚开始学走路的1岁儿丧失行动意欲,而且父母也会失去培育孩子干劲的机会。

孩子在这个时期什么事情都想自己做,例如,他会喜欢用手抓东西吃。不过,即使掉了满桌,也请大人让他自己动手、同时,也可以开始训练他使用汤匙。

从母亲如何教孩子用餐的方法当中,就可以看出将会培养出有干劲的孩子,或是不管做什么,都是“妈妈帮我做”的孩子。

对于1岁的幼儿来说,饮食和游戏是最自然的事情。当他游戏累了,就会说:“我要吃东西。”

因为孩子的食道还很狭小,所以不要一次让他吃太多,大概一天吃五次(每三小时一次),而且最好不要给他吃零食。

如果在这时期让孩子记住了糖果的味道,他就会只想





吃糖果饼干，而不吃正餐了。

过了1岁之后，他就会模仿母亲拿铅笔，这时可以给他铅笔，让他尽情地画。

涂鸦是建立创意欲的第一步，同时也会因此培育出有干劲的孩子。

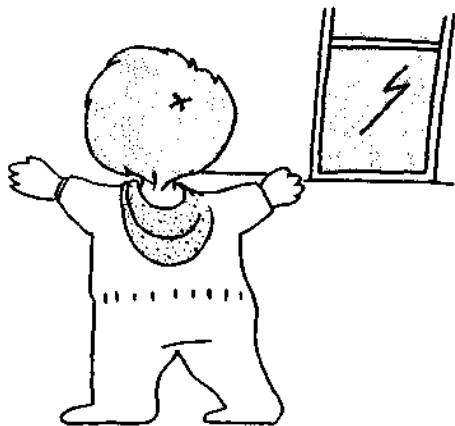
这个时期的孩子还是处于会撒娇的时期，因此，在你疼爱他的同时，也不要忘了必须培养他行动的意欲。让他积极地行动，借以培育他的自立心、独立心。

2岁

两岁的孩子很会说话，也很喜欢说话，而且很会服从命令，但是还不是能够自我确立的时期。

这是自我发生的时期。虽然他会为所欲为，但是因为自己的能力还很薄弱，所以通常会依照双亲的命令来行动。

当孩子遵守母亲的命令时，会感到被认同的喜悦、被他人认同的喜悦。





2岁儿是走来走去的活动家，其运动机能非常发达。不要总是把他当小婴儿看待，让他坐着手推车去购物，或者是抱他上床睡觉等等，千万要注意不要过于溺爱孩子。

两岁儿不管什么事情都喜欢自己做，而这个时候便刚好是教他灵活运用手部的最好机会，可以让他翻书，或者是让他拿汤匙。

让他自己脱鞋子，并多给他一个人做事的机会。

吃饭也尽量让他一个人完成，即使会撒得满桌都是，但是母亲也应该给他学习的机会，因为孩子的独立就是从饮食的教养开始的。

母亲是否重视两岁时的自立性，与孩子一生的自立性有很大的关系。

母亲应该开始教他排便、早睡早起、清洁的习惯，并以身作则。

看见美丽的花朵就说：“好漂亮呀！”并将屋子里打扫得干干净净、整整齐齐的。

如果母亲对于房子乱了、脏了也不在乎，并且不会反应出不干净的感觉，或者是不会对人表示亲切、不会对人表示感谢，则她所培育的孩子，一定也像她一样。

两岁的孩子很喜欢帮忙，但如果从三四岁才开始请他帮忙，就太晚了。因为当孩子长到四岁时，即使你要他帮忙，他也不见得愿意帮你的忙。而最喜欢帮忙的时候是在孩子2岁时，这时你可以尽量地请他帮忙家事，还可以培育出热爱劳动的孩子。

2岁的孩子是以自我为中心，因此，必须满足他的各种欲望。然而，如果太宠爱他，就是对他过度保护。因此，对





孩子不合理的要求，就要很明确地拒绝，并且要他忍耐，而在平常则应该以非常温柔、非常温顺的态度来对待他。

当孩子闹别扭，哭闹不止时，必须理解他的这种心情，并且接受他、抱着他，直到他安定为止。

这时，可以让他和其他的孩子一起玩，即使他们仍处于平行游戏(即各玩各的，并非一起玩)。

3岁

常常听到一句话：从3岁以后就太迟了！但是，若从现在开始，依然可以进行性格改造。3岁正是形成人格最重要的关键时期，因为3岁是自立的时期，是进入社会生活的入口，也就是说，是养成排泄、睡眠、穿衣、饮食、清洁、整顿、生活习惯等自立的好时机。

3岁是处于非常希望有游戏同伴的时期，也就是离开双亲、要求朋友的时期。因此，要尽量让孩子外出，尽量让他和朋友一起玩。

不过，应该避免让他和喜欢恶作剧，或者是有粗暴举动的一起游玩。有些双亲为了要培养孩子以后在社会上能够和任何人相处，便觉得不管和谁玩都无所谓，结果当孩子每天被打得哭着回来时，母亲也不当一回事。如此一来，孩子就会因为母亲无法保护自己，而产生绝望感。

如果在这个阶段被施加暴力，或者是内心受伤，就会对人类产生一种恐惧、不信任的感觉，而对他的性格产生很深的影响。因此，这个时候母亲应该努力帮他找好的朋友，而且最好不要让他和不好的朋友一起游玩。

玩具最好也是选择能够共同游玩的玩具，因为孩子在这个时期还不能很顺利地和其他孩子一起玩，所以母亲也





可以加入孩子的集体当中，和他们一起玩。

在这个时候，也应该教他正确地拿筷子，并让他使用剪刀、让他捏黏土、让他做组合玩具，借此培养他的创造性。

尽量让他帮忙，就可培育出会为周围的人服务，并能因此感到喜悦的孩子。

3岁是最喜欢提问的时期，这时应该尽量回答他所提出的问题，即使回答的并不是正确的科学知识，也没关系。让他阅读一些和日常生活有关的图画书，另一方面，也可以让他看有关艺术方面的图画书。

4岁

4岁可以说是讨人嫌的4岁儿，正处于反抗的时期。其实，整个幼儿时期都是反抗的时期，只不过4岁是反抗最激烈的时期。这时，不管要他做什么，他都会说不要、不要，让人觉得他就是天生的小麻烦。这是为什么呢？因为他在培育自我，所以不管什么事情，他都想依照自己的想法、兴趣、心情来进行。因为非常重视自己，所以，4岁是以自我为中心而行动的年龄。

换个角度来看，也可以说是容易发脾气的4岁儿、爱哭的4岁儿。因为以前一直被宠爱着，现在突然被大家说是大哥哥，孩子就会有一种不安定的感觉，就好像是处于要往上爬一层之前，那种裹足不前状态的时期。

最重要的是，母亲必须了解，他现在并不是恶意的反抗，而是因为他要成长，所以他要反抗。如果能够充分满足他这种反抗的能量，则他就会往正确的方向发展。

四岁是往前迈进一大步的时代，是平衡感觉很好的时代，所以请让他尽量地运动，如跳跃、跳远、跑步、翻滚、





吊单杠、攀爬、钻、投、互相抱在一起比力气等等，也让他玩堆沙丘、捉迷藏等的游戏。不要害怕让他吊单杠，让他学习用力等等充满能量的活动。

与运动的能量一起受到注目的，是发现的能量。孩子对于蚂蚁窝或是樱花树木的落叶等等，都会表现出好奇心。他会捡各式各样的东西，并把它们当宝物一般对待。

也可以称孩子为想听的4岁儿，这个时候，他会尽量提出各种问题，而母亲对于孩子所提出的问题，也应该尽量给以回答。由于4岁的幼儿希望对方觉得自己很棒，所以应该称赞他，让他拥有自信。在进入幼儿园的前一至二个月，对于孩子的性格有很大的影响，因为幼儿园的环境对孩子来说，是一个非常大的变化，故对于性格也会造成很大的影响。

在这之前，如果孩子在家中一直备受宠爱，到了幼儿园就会无法融入集体之中，会执著于以自我为中心，而且觉得在幼儿园里不自由。

5岁

5岁儿渐渐像大人一样的稳重，并且值得信赖，而这也是幼儿期的完成。

5岁儿已经拥有自我意识，是一个个性已经独立的人。这时，他也已经学会顶嘴、固执己见，以及发牢骚。如果这时大人很仔细地倾听孩子的自我主张，而且必须和孩子站在同等地位说话，就能培育出非常有自信心的孩子。

这个时期的所有意识也非常明显，因此，请让他把自己的东西放在固定的位置，并且要他遵守约定，而亲子之间必须要有很明确的约定。





5岁是使孩子生活习惯自立的决胜点，要让他从早上起床之后就自己换衣服，并将睡衣挂好，再洗脸、洗手、刷牙、整理房间、擦鞋子等等。

让他学会一个人就寝、一个人起床，白天则让他充分地在外面游戏，并且尽量让孩子帮忙做简单的家务，让他享受快乐的帮忙结果。例如，用餐之前的准备、做点心等等。但是，当他正玩得起劲时，不要去打扰他。

当他帮完忙之后，必须要认同他的能力，并且要把他做的事情告诉爸爸或是其他的家人，让大家也认同他的能力、称赞他。如此一来，就能培育出不断发扬自己长处、快快乐乐的孩子。

如果孩子处于过度保护的环境当中，则会使孩子在生活上显得笨拙，而且也会使他在朋友当中感到惴惴不安。

敏锐、机智、敏感、有时灵活的头脑，这些都是优秀儿的条件，都主宰了孩子的一生。因此，只要用这个方式来教养孩子，则他在智能方面一定会有良好的结果。

在此，为人父母者必须正确地了解智能测验的目的何在。智能测验本来就不是要培育优秀儿的教育，而是要早发现精神或是智力薄弱的孩子而已。因此，智能测验可以测量一般的智能，但是却没有办法测量特殊的智能。

智能分为一般智能与特殊智能，像智能测验就无法测验出感觉的优劣，或者是记忆力、独创性的思考、艺术性等等。

人生的终点还在很远的地方，因此不要拘泥于眼前的成绩，现在的成绩不算什么。

学者、作家、艺术家、医师、技师、教师、记者、企





业家等等的才能，都是必须具备许多的知识和技术所积累而成的。想要引发出这些才能的嫩芽，是很久以后的事情，是属于比较晚才会出现的嫩芽。因此，与其在幼儿期就不断地将一大堆知识塞入幼儿的脑中，还不如培育他的语感、音感、运动感等等感觉。

所谓“小器易满、大器晚成”。父母应该从小就教育孩子要有一颗优秀的头脑，要为他人服务，要为这个世界做奉献。真正的优秀儿是在人格上的优秀儿，绝对不是只要智能高就可以称为优秀儿。

有关五分钟暗示法，将在第九章 13 单元再做详细说明。

二、教养的重点

教养最重要的，就是要很明确地说出什么事情不可以做。例如，在我们家不可以动手打人；在我们家不可以说别人的坏话；在我们家不可以用粗暴的字眼等等。

当然，对于孩子的训诫要尽量简短，超过 30 秒以上的说教，就算孩子看起来像在听，但是却不会注意听进去，冗长的说教只会造成反效果而已。

让孩子了解家庭的规矩，而且只要孩子遵守，就要称赞他。

当孩子做错事情时，要很明确地告诉他做错事情了，并接着改变说话的语气，以温和的语调说给他听。

“妈妈真的非常爱你！当你和妹妹非常和睦相处，并且一起游戏时，妈妈真的是非常高兴！妈妈觉得能够当你的





妈妈真的是太好了！即使有时候你做错事情，妈妈也绝对不会离开你，妈妈一定会站在你身边保护你。所以，当你打别人、做错事情时，妈妈就会责怪你，这是因为妈妈爱你。”

当防卫非常坚固的孩子处于无防备之际，你突然触及孩子的感情，是非常有效的做法。尼尔森博士认为，利用这种方法，可以使得具有排他性、反社会的孩子，在态度上有 180 度的大转变。

尼尔森博士认为：

- (1) 母亲生气的心情是自然而且理所当然的。
- (2) 必须要让孩子相信：“受到斥责是理所当然的，但是自己并没有被否定，只是受到教训而已，自己是被爱的。”

母亲首先借助于斥责，教以规矩，最后再表示信任的这种育儿方法，就可以开始培育孩子的良心。

三、为何会培育出令人伤脑筋的孩子

令人困扰的孩子很多，例如，贪得无厌、缺乏耐性、胆小、容易发脾气、对人粗暴、懒惰等与双亲的希望相悖的孩子。

为什么会培育出这样的孩子呢？如果了解原因，只要父母母亲的态度改变，那么，孩子也会改变。接着便针对以下的事例一一加以思考吧！

1. 为何会培育出贪得无厌的孩子

原因在于给孩子太多玩具，而给孩子太多的玩具并不





是好事。

这会使得孩子的注意力不集中，而且会造成他的精神散漫。一下想玩这个，一下想玩那个，由于心情无法安定，便会产生欲求不满。

与其说欲求不满是由无当中产生，倒不如说是从过多当中产生的。因为在无的状态下，内心会非常安定，而习惯于无的状态，并习惯于忍耐无的状态。通过了解与忍耐，就不会有欲求不满的情形发生。

有一句谚语说：想要生出聪明的孩子，就要在你贫穷时分娩。

为什么贫穷匮乏时才好呢？

假设一户贫穷的家庭里有三个孩子，这时有一个馒头，则双亲便要將馒头分成三等份。

要将馒头分成二等份，只要二边一样大就可以，但是要分成三等份就比较困难，因为容易会有大有小。

这时在孩子之间就会产生纠纷，“我要最大的”、“我不要这个最小的。”

在这种情况下，双亲便不得不做些调解，这次让哥哥拿最大的，下次让老二拿最大的，第三个孩子则在第三次才能拿到最大的，而孩子们也在这种情况下学会了礼让、忍耐和等待。

如果发生在富裕的家庭，又是怎样的情况呢？这户家庭同样有三个孩子在分苹果，因为很富裕，所以是每个人都分到一颗苹果。

最小的孩子因为一颗苹果吃不完，所以只吃一半就扔掉了。而在这种情况下，他学会了不珍惜食物。





就算是一开始告诉他：“你还小，给你一半就好了。”他也不听。因为一开始他所得到的就非常充裕，所以他无法学习忍耐。

不会学习忍耐的孩子就会欲求不满。

如果给与他过多的玩具，则即使他自己的玩具非常多，但在看到他人拥有自己没有的玩具时，又会想要和他人一样的玩具。也就是说，只会培育出这种欲望心而已。

2. 为何会培育出缺乏耐性的孩子

因为双亲在每天的日常生活当中，并没有让孩子学习忍耐小的事情，而是不管孩子希望什么，都能立刻得到满足。

所以，一定要从日常生活当中积累小的忍耐，孩子才能学会忍耐。

当孩子想要买东西时，也许家庭生活比较富裕，可以立刻买给他，但是，这时请你告诉他：“现在没有钱，等明天再买吧！”或者是“等你生日的时候再买来送给你。”让他了解什么是等待。

积累这种小小的忍耐，可以培育他的忍耐心，这样才能让他学会忍耐。否则，只要他经过某家店门口，他就会大闹大叫说：“你不买那样东西给我，我讨厌你！”

3. 为何会培育出胆小的孩子

原始时代的人类，是在被野兽侵袭的恐惧当中过生活，因此，人天生来城府便非常深，是属于胆小的动物。

凭借着各式各样丰富的生活体验，使我们脑部的发育愈来愈进化。

然而，在孩子成长的过程当中，如果没有得到必要且





丰富的生活体验，只是和母亲两人在家中度过，这样便无法培育出强壮的脑，而会变得非常的胆小。

同样的，经由猿猴的实验也可得到相同的结果。刚出生的小猿猴在母猿充分的关爱中长大，但是并没有让刚出生的小猿猴看其他猿猴们玩的样子。等到这只小猿猴长大之后，再让他加入猿猴的集团，结果这只猿猴已经无法和其他猿猴相处了。

从婴幼儿出生后五六个月开始，就应该经常带他外出，让他看看其他孩子在玩耍的姿态，这对于人类的婴儿是非常必要的。

尤其像现在多是小家庭，附近可以一起游玩的朋友不多，在这种情况下，就必须更加小心留意了。

现在有人强调幼儿园上两年比上三年好，从4岁或5岁开始上幼儿园就可以了。然而，这种想法必须纠正。

在现在的环境中，如果孩子早一点进入托儿所、幼儿园，就会有比较多的机会和朋友接触、相处，孩子的发育也会比较顺利。

4. 为何会培育出容易生气的孩子

当父母亲话说得多一点时，孩子就会生气、闹别扭，并发出反抗的声音。

通常较啰唆的双亲比较会限制孩子，因此，培育出的孩子也没有办法非常开朗、舒畅，总是郁积着不满，并因为内心有种被强迫的感觉而反抗双亲。当双亲觉得该教养他而数落他几句时，愈数落他就愈对双亲有种反抗的心情。

当孩子在出生十个月之后，便处于道具发现时期、探索行动时期。





这个时期的孩子，是通过各种实验而学习的。如果这时双亲给予他种种限制，就会培育出反抗心非常强烈的孩子。因此，容易生气的孩子、容易反抗的孩子，就是从这个时候养成的。

等到2岁左右，孩子的自立心开始培育出来。这时，原本对双亲的话言听计从的孩子，会突然开始有了自己的主张，不管双亲说什么，他都会说“不要”。这是成长的一个过程。

如果父母在这个时期因为孩子的一点点小别扭就立刻生气、大声斥责他，反而会使孩子的反抗心愈加强烈。

在孩子成长的每一个阶段中，都会出现各式各样的变化，而在每一个时期中，双亲都应该针对那个时期来掌握孩子的心情，在一旁陪伴他一同长大。如果父母亲疏忽了，就会造成孩子的发育不健全。

5. 为何会培育出对人粗暴的孩子

孩子对他人有粗暴行为，往往是因为父母亲太过于严格，喜欢发牢骚的缘故。如果父母不断对1岁左右的孩子说：“不可以。”、“不行。”就会培育出殴打母亲或是对他人施暴的孩子。

曾经有个会员问：“我从来也没有打过他，但是他不知道是从那里学来的，竟然会打我。”

在这种情形下，并不是因为孩子看到别人打人，而是因为自己的行动动辄得咎，因此在这个不满当中，他就打母亲出气。

如果母亲能够用温柔的心情来对待孩子，就可以减少他对他人施暴。





孩子的暴力往往是因为没有充分取得双亲的关爱，这时请双亲反省自己的言行举止，是不是对孩子太过严厉？是不是造成孩子不舒服的感情呢？是不是因为自己，孩子才改变的呢？

以下是一位会员寄来的信。

——经过与老师的交谈之后，孩子对他人施暴的情形减少了。

现在想起来，也许是我在不知不觉当中，突然疏远了孩子。因为他对某个特定的朋友施暴，所以我罚他两三个月不准玩。

从今年开始，他突然腻在我的怀中要我抱，向我撒娇，虽然他已经3岁了，这样感觉有点烦，但是我还是依照他的愿望抱抱他，当他的玩伴。

没想到孩子的心情愈来愈安定，而我自己对孩子的关爱也愈来愈深。

我现在深深地反省，也许我给孩子的关爱真的不够，才会造成孩子暴力的现象。但是，他现在对别的孩子已经不再施暴，而且会和大家玩得非常愉快。

(3岁1个月的孩子)浦安市T.K

6. 为何会培育出懒惰的孩子

有些孩子自己什么都不做，只会依赖双亲帮忙，为什么会培育出这样的孩子呢？在这种情况下，有两个原因。

第一个原因，就是双亲做得太多了；第二个原因，就是双亲说得太多了。不等孩子自己做，双亲自己就动手做，





最后只会养成孩子依赖双亲的习惯，而且孩子自己也没有坚持到最后的心情。

父母亲观察孩子的心情，了解孩子的需求，不管什么都先孩子一步而做。在孩子根本不用说的情况下，父母就已经帮他做好了，反而会造成孩子语言发育的迟缓。

像这样，父母亲说得太多、做得太多，让孩子处于过度保护的状态下，只会培育出懒惰的孩子而已。

双亲应该要有正确的认识，为了要培育孩子正确的自主性，为了要让孩子养成自己的事自己做，最好是孩子做得到的事情，尽量都让他自己做。磨炼孩子，培养他的勇气。自己的事情自己做，这种教养方法是非常重要的。

孩子一向都是自己的事情自己处理。但是，也有一种情况，却是他明明能够自己处理，但是他就是不做。

那就是当母亲又生下一个孩子的时候。这个时候，孩子会回首看婴儿，也希望母亲能够像照顾婴儿一样，什么事情都由母亲来照顾。

这个时候，母亲就应该鼓励他，让他更有勇气，但是，该怎么做才好呢？

——使孩子恢复的秘诀——

要让孩子成长、茁壮，母亲的关爱是最重要的内心营养剂。大部分的情况，父母亲都会给与孩子充分的关爱。

然而，孩子往往并没有感受到父母亲的关爱，因此，便产生了各种问题。

期望能够顺利育儿的母亲，一定要了解如何与孩子顺利沟通内心的方法。





四、巴克斯达的发现

美国有一个称为克利普·巴克斯达研究所，而克利普·巴克斯达就是发明测谎器的人。

有一天，巴克斯达在办公室工作到很晚，突然看到室内的观叶植物龙血树，便将龙血树和测谎器连接在一起。巴克斯达将龙血树充分沾水之后，进行各种反应的测试。

首先，他将一片龙血树的树叶浸在自己所喝的热咖啡中，结果没有发现任何反应。这时，他想要再进行更不愉快的刺激，于是，他就用打火机烧叶子。

没想到这时测谎器的指针却一跃而上，这真是一个大发现，没想到植物也了解人内心的反应。

从那时起，巴克斯达就针对植物的生命与人类的感情、内心的相关关系进行研究。结果，显示出植物能够对于人类的感情或是内心的状况出现正确的反应。

称赞植物，让植物高兴，它就会成长得非常茁壮，拼命地让自己充满生命力。反之，如果对它抱怨、发牢骚，植物的成长状况就不好，甚至会枯萎。

五、孩子也是一样

人的感情与内心也和植物一样，不论是双亲的感情或者是内心的状况，都会对孩子产生非常大的作用力。

当他做得很好时，即使是小事情也好，可以告诉他：“你做得太好了。”虽然只是一句话，却可以唤起孩子想要





拼命努力的心情，这种力量超乎我们的想像。

赞美可以唤起孩子的“干劲”，这是一种良性的刺激，能够触发孩子积极的内心，并培育他的自信心，使孩子成长。

有位心理学家说：

“育儿若说有什么困难，那就是赞美，只有这一点最困难。当他非常有礼貌吃东西的时候，就赞美他；当他画画得很好时，就赞美他；只要他帮任何一点小忙，就赞美他。只不过如此而已。”

人的一生都在追求避免受罚而接受赞美，赞美的语词才是人所要求的，我们为了得到赞美而工作。

赞美可以塑造一个完好的孩子，可以带给孩子良好的刺激。

六、一般人太吝于赞美了

然而，一般人都不太会赞美他人，请看看夫妻俩的相处状况，夫妻之间经常赞美对方吗？

有一个以几对夫妻来进行实验的研究会，会长要每一个人写出自己配偶的十五项优点。当最快列出十五项优点的人完成时，却还有很多人连一项优点也没写出来。

就是像这样，一般人不是很容易就认同身边的人平常的长处，也不会去赞美他，甚至也不会认同孩子、赞美孩子，这样就无法使得人际关系和谐。

请你一定要进行这项作业，请家中的人写出每一个人的优点至少十五项。请尽量写出丈夫的长处，孩子的长处，能够写得愈多的人，就代表和家人的人际关系愈好，愈会





带孩子。

在一次聚会当中，是采取和第一次见面的人交谈五分钟，进行自我介绍之后，再发表对方五个长处。这是一个很不错的集会。

只和初次见面的人交谈五分钟，就可以发现对方五种长处。然后将其列举出来，互相赞美，使得集会当中一团和气，非常快乐。

七、也要赞美孩子

你是否斥责孩子多于赞美孩子呢？好像也有很多母亲认为，斥责比赞美还有效果，认为若不斥责孩子，孩子就会变坏。

前几天，我和一位会员一家人到餐厅用餐，在进餐当中，两岁的男孩会自己使用汤匙吃饭。他的妈妈告诉我：

“一开始，他也是吃得掉了满桌，但是我从来也没有斥责他，现在他已经会自己用汤匙吃得很好了。”

在用餐当中，孩子不小心把盘子打翻，并且将桌布弄脏。然而，虽然他犯了过错，但是双亲并没有斥责他。

当用餐结束之后，母亲不小心把碗给打翻了。如果之前母亲斥责孩子，则这个时候又该怎么办呢？双亲经常针对孩子所做的各种事情加以斥责，甚至连不骂也可以的事情，也要加以斥责。

多曼博士主张要以赞美来取代责骂孩子，但是，如果孩子是故意的，觉得不责骂他不行，而必须责骂时，也应该非常严肃地责骂他。如果即使孩子做了坏事也不斥责，





或者是即使孩子非常任性，双亲也绝对不斥责他，那就不对了。

——希望你不要因为不行、不可以而失败——

有些事对孩子而言，是重要的学习，但在大人看来，却像在调皮捣蛋一样，大人多半会觉得孩子是在恶作剧。

例如，有孩子会用手戳破和室（日本的一种居室）的纸门。事实上，他这么做只是为了想知道，为什么纸做的门用手就可以戳破呢？孩子一点也不觉得这样是在做坏事，是在恶作剧，因为从这个行动当中，他才会注意到，用手去戳和室的纸门，纸门是会破的。所以，我们应该更积极地引导出孩子这种享受发现与成功喜悦的“尝试性”行动，如此一来，他才能够培养出向新的未知世界挑战的勇气，也才能够培养出创造力。

如果说两岁时的头脑是精密的机械，则这个时期就是进行最有效配线的基础工程期。换句话说，这是一个借助孩子自由自在、随心所欲的行动来刺激脑部，进而培育出独创性的时代。为了要培养孩子丰富的独创性，母亲不要动不动就针对孩子的所作所为说：“不行。”而限制孩子的行动，还不如培养孩子“自己鼓足干劲”的精神。大多数的母亲们都有压抑两岁儿内心的倾向，欠缺培养孩子独创性的心。

要培养出孩子的干劲，首先应该尊重孩子的自发性。

而当孩子想要靠自己本身的力量去尝试时，就必





须非常重视孩子这种尝试的心情，如此，才可使孩子内心当中的创造性以及独创性不断地扩展。

身为父母亲的人，只要孩子的行动不会发生什么危险，而且不会造成对他人的困扰，就只需静静地在一旁守护。

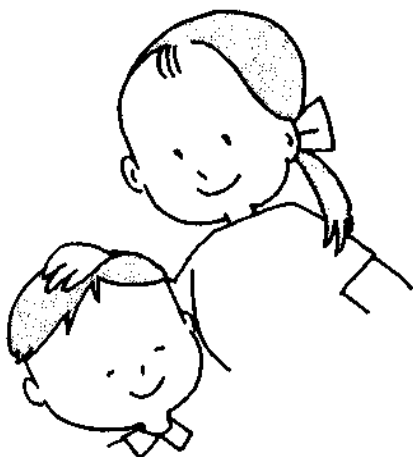
愈是顽皮、好动、充满好奇心的孩子，他扩展自己领域的可能性也愈大，因此，做母亲的与其担心，还不如欢喜，希望能以宽广的内心来接纳自己的孩子。

——内藤寿七郎

八、母亲的言行使孩子失去干劲，造成孩子的情绪不安定

孩子本来就是什么都想做，什么都想学，只要巧妙地引导他，他就会燃起强烈的学习欲望，而能够培育出快乐的孩子。

婴儿不管做什么事情(摇摇摆摆的走路，或者挥手说再见等等)，双亲都会很高兴地拍手。当婴儿看见双亲这种喜悦的姿态，就会感到非常满足，而且在内心涌现安心感，并且有了勇气。





婴儿会不断地追求新鲜的事物，向新的行动挑战，是因为双亲充满喜悦的关系。然而，当婴儿开始学爬，在屋子里面爬来爬去，并用手摸来摸去的时候，母亲就会在旁边恐吓说：“不可以”、“不行”。“不可以”、“不行”的话语会对婴儿造成非常大的不安，这就好像向婴儿的学习意欲泼冷水一样。在母亲严格的言行当中，婴儿会渐渐地丧失安心感。

母亲愈是不断地严格说：“不行”、“不可以”，则婴儿就愈不安定，注意力也就愈不集中，并且愈有不安全感。

九、孩子就像白纸，白纸上要写什么，全部取决于母亲

刚出生的婴儿，其内心就像一张白纸，想要在这张白纸上写些什么，完全取决于母亲自己。母亲怎么做，就会教养出什么样的孩子，因此，孩子的姿态，事实上，就像一面反映出母亲姿态的镜子。

现在孩子的姿态就是母亲的镜子，所以如果觉得现在孩子的姿态不好，就必须了解，这就是母亲的姿态。因此，只要母亲改变，孩子也会改变。

对于刚出生不久的孩子，即使告诉他：“你是个男孩子！”，但是孩子自己也分不清楚自己是男还是女。也就是说，孩子之所以会形成自我意识，都是通过母亲的教导。因此，有时候母亲在和邻居聊天时，会说到：“我这个孩子真的很让我伤透脑筋，他非常顽皮，我真的不知道该怎么办才好。明明告诉他不可以，他还是把玩具弄坏，而且玩完





玩具也不会收拾，弄得家里乱七八糟，我再怎么说都好像是耳边风、多余的，这个孩子真的是非常坏。”

身为母亲的人，绝对不可以这么说，因为孩子会从你的谈话中领悟到：“自己是个坏孩子，是个没有用的人。”同样一件事情，也许可以改变说法，可以这么说：“这个孩子的好奇心非常旺盛的行动派，不管什么事情都一定要做做看，才能够确定……”

经过这样的谈话，孩子会觉得他听到了肯定的意见，而不会陷入不安当中。

十、刚出生的婴儿不会判断善恶

由于刚出生的婴儿不会判断善恶，因此，对他们而言，一切都是新鲜的体验，对于身边的一切事情都会想去试试看，想去实验看看。

1岁左右到1岁8个月的婴儿，可以说是实验期的婴儿，这个时期婴儿所做的一切，都是实验。

一定要充分地让孩子进行实验。但是，如果他跑上化妆台并拉开抽屉，把里面的东西全部拿出来，还丢得乱七八糟，或者是爬到桌子上去，弄破放在桌上的花瓶，这时母亲就必须严格地斥责孩子。

在这个时候，孩子一定会有种不安的感觉，由此他就会知道，他不可以爬到化妆台上去，拉开抽屉，把里面的东西全部拿出来，弄得乱七八糟。他也会知道，不可以爬到桌子上去弄坏东西。如果充分进行这项实验，不久，孩子就会从这个实验中毕业了。





换句话说，过了不久之后，会乱丢东西的孩子，也就不再乱丢东西了。

这个时期母亲接触婴儿的言行方式，大大地左右了婴儿的内心。如果不断地说“不可以”“不行”，有时候还给予非常严格的体罚，则婴儿一定会陷于不安当中，而造成情绪不安定、反抗，成为没有办法带的孩子。

十一、母亲的话创造孩子

母亲对孩子所说的话，母亲口中所描述的自己，让孩子相信，那就是自己真正的姿态，那就是自己的人格，也就是说，孩子是从母亲的言谈话语中发现自己的。

婴儿所做的每一项行动都是学习，而通过这种学习，能够给孩子判断是、非的基准，而给孩子勇气的，就是母亲。当母亲毫不在意地对孩子说话，就已经在培育孩子对于社会的适应能力了。

如果在这段时期中，母亲不断地对孩子说“不可以”、“不行”，与其说是教育，倒不如说是压抑行为。因为这些言语，会使孩子丧失学习的欲望、干劲，无异于向孩子高昂的情绪泼了冷水。

渴望温暖太阳光的新芽，会在严冬凛冽的寒风当中停止生长。同样的，如果不管孩子做什么事情，都要插手干涉、要他踩刹车，则孩子就会丧失想要去做的心情。





十二、使孩子失去干劲，使孩子想要去做的，都是母亲

会使孩子失去干劲，或者是使孩子想要去做什么事情的，大部分都是母亲。母亲的一言一行，真的能起到所谓“一言兴邦，一言丧邦”的作用。

母亲一定要扮演给孩子以自信(安心感)的角色。不要只是限制孩子，应该静静地在—旁守护着他，并且要褒奖他，给孩子安心感，这才是母亲的责任。

最近，我接到这样一封来信：

——最近孩子好像完全失去了干劲，不管我要他做什么，他都只会说：“不想做。”突然之间，觉得心头像被浇了冷水一样，我该怎样做才能提起他的干劲……

母亲一定要认识到，孩子之所以会失去干劲，往往都是因为母亲的缘故，因为孩子就是母亲的一面镜子，只要母亲改变，孩子就会改变。想要改变孩子并不是困难的事情，因为只要先改变母亲自己就可以了。

十三、孩子的干劲是安心感

孩子的干劲到底是什么？孩子想学什么？孩子想向新事物挑战的原动力何在？那就是欢喜。因为做这件事情快乐，所以想做……这就是原动力。





然而，所做的事情却得不到称赞，所做的事情好像和太慢、不好、错误、不行等等否定的语词很接近时，孩子就会愈来愈丧失干劲。尤其在读书方面，绝对不可以斥责孩子。我总认为，即使只责骂他一次，也许就会使孩子的干劲完全丧失了。

使孩子丧失干劲的母亲，不妨回头反省自己的言行。

在婴儿时期，就像慈母般对待孩子的自己，为何现在会像母夜叉一般呢？我们一起来思考看看吧！



孩子之所以会敌视母亲，是因为母亲也是这样对待孩子的缘故，因为母亲的言行都实实在在地否定孩子。母亲育儿应该讲求方法，不要每件事都否定，甚至斥责孩子。

因此，不要只想改变孩子，母亲应该要先改变自己，对孩子温柔一些，多多称赞他，多多抱他，对他说：“妈妈好喜欢你哟！”不要一味地斥责他，而是要认同他、称赞他。如此一来，孩子就有了安心感，也会成为充满干劲的孩子。

十四、你会称赞自己的孩子吗？

每一个孩子都是100分的孩子，但是对于这样的孩子，





身为母亲的你，是不是只给他打80分或50分呢？是不是以非常严格的眼光来看待自己的孩子？是不是给他打分太低了呢？

因为母亲给孩子打这种分数，所以孩子只能配合这种分数来表现给母亲看。

你是不是常拿自己的孩子和其他的孩子比较？如果那个孩子那样子是一百分，则我家的孩子和他相比，这个也不会，那个也不行，就只能打60分了。

请不要只以否定的态度来看待自己的孩子，认为这个也不会，那个也不行。如果一直以否定的态度来看待孩子，则孩子是绝对不会进步的。因为当双亲以否定的态度来看待孩子时，就没有办法由内心深处由衷地发出赞美、温柔、认同的言语，在这种状况下，孩子当然得不到安心感，又如何会进步呢？

请成为会称赞孩子的双亲吧！不管孩子做得再怎么不好，都请称赞他。

例如，当他把鞋柜里乱七八糟的鞋子排好时，就应该称赞他，感谢他协助母亲做了这件事情。

十五、成为一百分的母亲

母亲之所以要斥责孩子，多半是因为自己本身内心不安定，自己的内心焦虑，自己就是震源地。

如果自己本身可以解除各种焦虑，以非常开朗的态度来对待孩子，则孩子一定也会表现出安定、开朗、乖巧的样子。





母亲不断地对孩子唠唠叨叨，绝对不是因为母亲没有耐性，也不是因为母亲是属于攻击性的性格。母亲之所以不断地发牢骚，多半和教育的理性没有关系，而是源于自己本身的欲求不满。

因为母亲不认为自己已经达到满分了，自己有各种的缺点，又没有办法认同自己本身，因此就会浮现不满。

然而，每一个人都会有缺点，因此，只要认同自己的优点就可以了。我们最好要喜欢原本的自己，只要能够这样宽松地对待自己，就可以成为满分的母亲。

如果能够原谅自己、喜欢自己，就能够成为满分的母亲，也就可以给丈夫、孩子打满分，并且能以满分的心情来对待所有的人。

如此一来，就会意外地发现，原来带孩子是这么的容易！

十六、愈是局限于教养、育儿的书本， 带起孩子来就愈不顺心

愈是被教养、育儿的书本所局限的母亲，带起孩子来就愈不顺心。为什么呢？因为你会把自己的孩子局限在标准的框框里，如果达不到这个标准，就会以否定的观点来看待自己的孩子。

如此一来，就无法满足于孩子些微的成长，认为孩子读图画书时只要看一点点，兴趣就又立刻移往另一本图画书上，没有办法集中精神来看书……会对一切都抱着否定的态度。





婴儿是在瞬间学习的，所以集中力非常短暂是很普通的现象。因此，如果拿图画卡给他看，也许他就只能持续两三分钟的热度而已。

孩子就是在每天持续地进行学习当中增加集中力，他会逐渐学会盯着图画书看，以及专注在图画卡上面。

听到邻居的孩子到了八九个月就会读图画书，而且会非常仔细地听母亲说，可是一想到自己1岁6个月的孩子却还没有办法集中精神在图画书上面，母亲就会变得很担心。其实母亲不用担心，可以从现在开始训练孩子。虽然孩子一开始还没有办法集中精神，但是不久之后，他就会像其他孩子一样集中了。就算他在短时间内没有办法集中精神，但是在读完图画书之后，你也应该称赞他：“你看得很详细呀！”、“你很耐心地听妈妈说话，真好！”如此一来，他就会变成喜欢读书的孩子。

母亲不要焦急，应该巧妙地赞美孩子，从而帮他逐渐克服精神不集中的毛病。

母亲必须了解孩子的集中力只有两三分钟而已，而且当他集中在一样事情上之后，立刻又会将兴趣移往别处。这时，如果母亲觉得是孩子不专心的缘故，而没有注意到孩子的心情，还是持续勉强他坐在旁边，则孩子只会讨厌现在正在做的这件事情。

因此，我们必须非常理解孩子的心情。

十七、母亲让孩子做太多了

虽然让孩子丧失了干劲，却又让孩子做得过多，这就





好像是让已经吃得非常饱的孩子,再勉强他吃下许多食物,两者的道理是一样的。

早上的课程大概进行20~30分钟就足够了,但是却让幼儿早上在桌子前一坐就是两个小时,甚至3个小时,很明显是让他做得太多了。

如果孩子是在很愉快的状况下猜谜语、拼拼图、学习汉字、汉语拼音等等,则让他做一两个小时也许没有关系。但是,如果他已经厌烦了,母亲仍然迫使他坐在桌子前面,这无疑是在促使他更加讨厌做这些事情而已。

原则上,早上尽量早一点安排30分钟做为读书时间,因为下午或晚上的时间带比较容易疲倦,会想睡觉,或者是想游玩,因此,脑部都没有办法发挥其作用。

能够利用早上头脑最清醒的时间,让孩子从事最有用的作业,这种母亲是成功的。而在孩子从幼儿园下课回家之后,母亲才让他做各种的作业,会达到事倍功半的效果。

下午的时间干脆让他游玩吧!在游玩当中,能够培育出社会性、协调性,养成计划性、指导性,而且,就算母亲让他非常用功读书,但是却因此牺牲了与朋友之间的协调性或社会性,就不能称为是良好的教育。

如果一项功课进行两三分钟,则30分钟就可以进行接近10项的工作。请注意看看孩子的反应,如果他觉得厌烦了,就进行下一项工作,如果他能够集中精神,就坚持到最后,也就是说,母亲需要学会随机应变。





十八、明天再重复做相同的工作

同样的工作，不要当场反复地做。例如，他拼图拼得非常好，于是母亲就摸摸他的头，称赞他，并对他说：“你再拼一遍。”当他又拼得非常完整时，又称赞他非常棒，然而，这次孩子就不会高兴了。

当孩子完成一件工作之后，不要马上要他重复做第二次，如果真要他重复地做，也许留到下午或者是明天再做比较好。有时候，父母要孩子反复地重读一本书，因为父母觉得，反复多读几次才会熟悉。但是，当我们问那些比较不喜欢读书的孩子，他们的父母是不是经常要他们重复读一本书，结果答案多半是肯定的。

不管什么事情，都做一次就好。如果要反复，那就等到明天、后天，或者是大后天吧！这样子的反复才是最重要的，切记不要当场就要他反复重做。

让孩子做太多，或者是刚做完一件事马上又要他重复做，都会使孩子丧失干劲。

十九、培育孩子的干劲

要使失去干劲的孩子恢复干劲，最重要的就是双亲要先改变。也就是说，即使孩子学会了一样简单的事情，双亲也应该尽量夸奖他，让他高兴，让他尝到成功的喜悦。

有些母亲往往由于孩子做得不是很好，因而叹气，因而对孩子发牢骚，抱怨不停，不是说不行，就是说不可以。





但是，这样只会否定孩子的人格。请母亲回头看看以前的自己，是不是不太称赞孩子，没有让孩子感觉到被爱的自信，没有给孩子安心感呢？就连不斥责也无所谓的事情，都动辄斥责孩子，这样就造成了母子关系的恶化。或者，是不是因为母亲的期待过于殷切，而让孩子做得过多了？就请母亲好好反思一下吧！

请母亲回头看看自己，是不是太过于以读书为中心了呢？不管做什么事情，都不要把它当成是在读书，一定要把它当成游戏才行。画画也是很快乐的，这时便可以把画画当成是一项游戏，不要告诉孩子：来！我们来读书吧！应该说：来！我们来一起玩吧！

对孩子来说，一整天的生活一定都要在非常愉快的游戏时光中度过。其实，就算是玩一整天也没有关系，即使是读书，也只是其中的一部分，只是不要将它称为读书，而称为游戏而已。就像认字也是一样。如果用读书的方式，孩子就会讨厌，但若是采取愉快的游戏方式，孩子很快就能欣然接受。

在此介绍加藤恭子所著《伸展孩子学力的方法》，其中有如下记载：

——汉语拼音的学习方法在前面就已经叙述过，接着，我便以厨房为“场所”，来进行英语的“游戏”。从必要性的观点来看，这是迫切需要的，因此，从女儿四岁半，也就是到美国之后立刻开始。至于为什么会称为“游戏”呢？这是因为我的女儿很讨厌“读书”这个语词。在日本如果要进入住家附近的私立小学就读，都需要经过非常严格的





考试，因此，我女儿只要一听到“读书”，就觉得很烦。由于女儿很喜欢“游戏”，再加上她对于“读书”这个单字有拒绝的反应，所以我们便都以“游戏”来称呼。

如上所述，对于“读书”表示拒绝反应的孩子，在“游戏”当中，很容易就能进入状态。所以，请各位母亲利用自己的智慧，将读书改变成游戏吧！

二十、育儿最重要的不是头脑，而是内心

身为母亲的你，在育儿时是不是只重视头脑，不重视内心呢？母亲们在育儿时，是不是只学习到育儿的技术，而忘了如何重视孩子的内心？所采取的育儿方法是不是在培养孩子的内心呢？

A、是不是常让孩子哭泣？是不是让孩子忘了笑？是不是只会斥责孩子呢？

B、是不是每天都和孩子过着快乐的日子？是不是带孩子带得很高兴呢？

请问身为母亲的你，在育儿的态度上是属于那一种？

A 的场合是弄错了孩子的心；B 的场合才是正确培育孩子的心。

在育儿方面，培育孩子的心才是最重要的。

要培育孩子的心，最重要的就是要让孩子的内心放松。

想让孩子的心能够发挥100%的能力，只有在他放松的时候。

这是因为心控制着身体，它有控制每一个细胞的能力。





只有在内心放松时，才能够享受一切的快乐，学问才能够顺利地进行。

当内心呈现紧张状态时，脑波呈现 β 波。这时，脑部的吸收力不好，而且右脑呈现闭锁的状态，因此没有办法学习。

二十一、成败不在于头脑的差别，而在于内心的差别

人类的能力没有什么太大的差别，若真要说有什么差别，就只是内心而已。正确地使用内心就可以得到好的结果，错误地使用内心，就会适得其反。

控制能力的是内心。

身为母亲的你，都能很巧妙地控制自己的内心吗？会不会因为孩子一点小小的过错，就加以斥责呢？是不是动不动就生气？是不是都只看到孩子的缺点呢？

如果母亲的内心有这种倾向，则孩子的内心也很容易有这种负面的倾向。

人的潜在意识是一个小小的整理室，当孩子受到母亲负面内心的影响时，就会将这种不行、没有用的负面印象嵌入自己的脑海里。

在这种状况下，不管孩子学习什么，都会在自己的内心深处(潜在意识)埋着不行、没有用的想法。因此，一定要改变这种状况，首先，就请母亲改变对待孩子的态度吧！

当母亲以负面的心来对待孩子时，孩子的心就会呈现负面的状况。





二十二、内心的作用非常重要

要改变孩子的内心，首先要改变母亲的心。只要母亲的心不变，则孩子的心就不会改变。

首先，母亲应该做的，并不是扩展孩子的知识，而是充分理解孩子的内心。

各位母亲都会有这种体会，如果让孩子的学习课程从星期一到星期六都排得满满的，则孩子一定会丧失表情、丧失微笑。

请你回过头看看以前的自己，是不是在孩子厌恶的状况下，还是一而再地强迫他学习一些事情呢？

也许对于相同的一些事情，有的孩子会感觉到喜悦，但有的孩子却会感觉到厌烦。感觉到喜悦的孩子，在学习时就会觉得非常快乐，也就能培育孩子的内心及感性。当孩子不快乐时，也就是孩子内心灰暗的时候，也是感性崩溃的时候。

学习这件事，是中性的、没有颜色的。而究竟要替它涂上快乐的色彩，还是厌烦的色彩，就看教的人怎么教了。认字本身并不是坏事，书本本身也不是不好的东西。

只要孩子能够乐于学习，就是好的，但是如果只是被强迫，而使得学习时很痛苦，那就是不好的，因为强迫只能起到负面的作用。

如果你以前都是这样强迫你的孩子，就请现在立刻停止吧！

相反的，你必须要让孩子做让他高兴的事情。而所谓





很会带孩子的母亲，就是母亲自己本身知道自己所做的事情是不是会让孩子觉得高兴。

母亲能够注意到自己焦虑的心情，以及若是以负面的态度来对待孩子的心情，会影响到孩子的吸收力的，这才是聪明的母亲。

二十三、由母亲先改变

首先，要从母亲开始改变。当母亲在看待自己的孩子时，请从负面的观点改变为正面的观点。

如果母亲总是以 100 分的观点来看待自己的孩子，则孩子就会表现出 100 分的样子给你看。

最好都不要看见孩子的缺点，这么一来，完全没有负的分，就永远是 100 分。

孩子本来就是没有缺点的，现在所看见的缺点，只不过是影子而已。只要善于肯定孩子的优点，夸奖他，不久之后，缺点就会消失了。母亲必须了解，一切的缺点都只是影子而已。

不要只看见缺点，完全针对孩子的优点给予奖励，是最好的，而且孩子也会因此而快速地改变。

然而，却有不少母亲动不动就生气，动不动就斥责孩子，总是很难矫正自己情绪化的态度。

明明了解这个道理，但是好像一遇到事情就立刻生气，不知道该怎么办才好。

对这些母亲，我建议各位进行五分钟暗示法。

五分钟暗示法，是在潜意识当中发挥作用，具有使人





容易改变的力量。

二十四、潜在意识才是推动人的力量

不论成功或失败，都和能力没有关系，而是内心的作用。

在企业界方面的成功或失败，也和能力没有关系，而是内心的表现方式不同。相同的，母亲的成功与失败，也与能力没有关系，最重要的是看有一颗怎样的心。

因此，没有什么事情比训练内心更重要了。

在此引用美国小说家布拉姆·黑德所说的话：

“也许其他的作家也一样，但这是我最重要的发现，即在我的内心深处，有心理学者所谓潜在意识的东西。

在睡眠的时候，在休息的时候，或者是在写文章之外从事任何工作的时候，并没有预知的状况，而是突如其来的作用。

我了解到只要对自己内心的这个部分进行训练，就一定会对我的工作有所帮助。

我发现早上起床之后，会对于我写作方面的技巧、构想，或者是文章当中的人物等种种的事情，烦恼一段很长的时间。但是，当这些问题在睡眠的时候，却能够很巧妙地获得解决。

潜在意识是与生俱来的本能，并且是经验的积累，很少会有判断错误的情况发生。于是，我将需要长时间深思熟虑的判断结果，完全委托潜在意识裁决，并且信赖它。

由于在睡眠之前就委托给潜在意识，因此，在睡眠时





所思考的书本大纲，便能在早上起床之后因思绪充沛而写了出来，就能够在早上花很短的时间写完原稿。”

古今的作家、作曲家、艺术家、发明家等都了解，只要能够活用这种潜在意识，就能够改变自己，也能够改变孩子。

而五分钟暗示法正是改变母亲本身以及孩子的最好方法。

——事实上，老师所教的5分钟暗示法，其效果真的是非常惊人。4岁的男孩经常闹别扭，让我感到非常困扰，因此，我便在他就寝之后，静静地和他说30分钟的话。

结果，那个晚上他就不再闹别扭，而且以后也不再发生这种情形。他变得非常安定、非常满意，并上了幼儿园。

他现在很疼妹妹，对其他的家人也很好，真的非常感谢老师教我的方法，昨天我还读图画书给他听呢！

他好像在潜在意识当中不断吸收一样，我看他睡得非常快乐，以后还要烦请老师多多指教。

(4岁的孩子) 岛根县 Y.S

还没有进行五分钟暗示法的母亲，请务必实行。(参照第九章十三节)

——非常感谢老师的指导，在此致上最真诚的谢意。由于最近在外面的时间比较多，所以没有很认真地进行课程。

老师指导我进行六次五分钟暗示法，总计30分钟。我





从收到信的那天开始进行，结果反应非常惊人，真是非常的感谢。

孩子不但自己会重复录音带的表演，而且还记得表演的顺序，会比录音带还早念出来。

另外，对于发音不清楚的地方，我会矫正他。

(2岁8个月的孩子)杉并区T.F

——以前和老师商量过，“为什么我带孩子总是带得不顺心呢？”后来经过自我反思，发现是因为我自己的命令以及禁止的态度太多了。而当我对孩子的态度改变之后，孩子的做法也改变了。

现在我也进行五分钟暗示法，在孩子就寝之后，跟他说5分钟到10分钟的话。

我深切地感受到，孩子要怎么改变完全是看母亲自己如何改变，真的很感谢老师给我的忠告。

(1岁1个月的孩子)江户川区T.K

——我依照老师的指导进行五分钟暗示法，没想到从第二天开始，他吸手指头的毛病就改善了很多，现在他几乎都不再吸手指头了，让我非常吃惊。

虽然我明明知道不可以生气，不过有时候还是会有类似歇斯底里的情況发生。以前一直觉得很伤脑筋，但是现在我知道一切都是我自己内心的问题，非常谢谢老师！晚上孩子尿床的问题也有了改善，我一定要持续地进行。

(3岁10个月的孩子)静冈市T.S





——我之所以想入会成为会员，是因为从《会报》中得知暗示法。

当我不在家时，她会乖乖地待在朋友家里等待。她本来都只穿短裤不穿裙子，但是现在也会穿裙子了。她也会要求自己“忍耐”，在出去时不会随便吵着要买糖果吃等，这种改变实在是太惊人了。我想，今后一定也要让她在各方面都往好的方向去发展，真的是非常谢谢！

其他有关脑活性化训练卡、地理卡、单字卡等等，对于六年级的大儿子来说，也是非常好的教材。如果有时间，我都会帮他们一起进行。

(2岁11个月的孩子)杉井区H.S

——非常谢谢老师上一次指导的暗示法。他现在充满着朝气，非常活泼，而且在听录音带前后的日子与没有听录音带前后的日子相比，有很明显的差异。当他在听录音带的隔天早上起床之后，就会显得精神蓬勃，好像心情很好的样子。他会告诉我：“妈妈，我们来玩游戏吧！”或者是“我们今天学两张单字卡就好了，不要学太多。”我从他的眼睛当中看出他的炯炯有神，而且他的笑声变多了，真的非常谢谢！连我也恢复了以前的朝气。从今以后，我希望他像乌龟一样，一步一步很有恒心地向前迈进。谢谢您的指导！

(3岁5个月的孩子)宇都宫市T.H

——感谢老师的指导！我们进行得比较慢，花了3个月的时间。从十一月开始进行瑜珈，亲子都很喜欢这个活动。





从一月开始，我们每天进行潜意识五分钟，当进行了一个星期左右时，他就开始喜欢他大概讨厌了一年半的游泳，而且也开始活泼了，并和附近的孩子一起玩。每天都非常想玩，只要听到附近孩子的声音，他就会很高兴地跑出去。

这都是拜七田氏《会报》之赐，真的是非常感谢！

(3岁11个月的孩子)秋川市Y.I

二十五、是否教出不会笑的孩子

你是不是只想将一大堆的知识塞入孩子的脑中呢？双亲在认知上倾向于所谓的教育，就是让孩子记住，让孩子学习知识的教育。

有些双亲将孩子的学习课程从星期天到星期六都排得满满的。

结果，在母子的生活当中，已经没有多余的时间游戏，造成亲子之间只充满了焦急、紧张，因而培育出完全没有笑容的孩子。

其中也有些家庭让孩子上了两三个特长班。

有很多母亲觉得孩子变得怪怪的，因此来找我商量。

其实这些母亲只要将特长班减少为一个，让他只专心学习一样事情，并空出多余的时间，让孩子尽情地游玩，就会发现孩子变了。不但可以从他的脸上看到笑容，而且他的学习一定也会更顺利。

介绍以下家长的来信：





——终于完成B课程的145~168。当特长班结束之后，接下来继续上语文班，在这之中充满了压力。有几个比较年长的孩子可以开始上特长班了。但是，昌纪现在就要和这些班说再见了，他现在和佑辅一样，要慢慢的进步。

他会将幼儿园所发生的事情，或者是他新学习到的事情告诉我，唱歌给我听，他是一个非常快乐的男孩。

昌纪最大的优点，就是他可以自己看书来折纸，他折得非常高兴，而且还会自己画画，具有丰富的创造性。

的确，语文和算术都是必要的，但是看到昌纪和佑辅最近的样子，我才真正感觉到，在这个时期应该培育的是什么样的嫩芽。

(5岁4个月的孩子)三鹰市 H.N

母亲常常会觉得为了孩子好，就应该让他学习些什么。然而，这对孩子来说，却是一种勉强，一种压力。

二十六、不要因为孩子不看卡片就烦恼

首先，双亲一定要认为自己的孩子“与别人不同最好”。

正因为抱有“想培育出与众不同的孩子”这种心情，所以，当双亲看到自己的孩子与别人的不一样时，才不会烦恼。

大部分的双亲都会拿自己的孩子和其他的孩子相比较，因而产生烦恼，并且将自己局限于框框之中而逃脱不了。

由于希望自己的孩子和其他的孩子一样，但是有时自





己的孩子又无法做到与他人相同的程度，便使得双亲陷入烦恼之中。

本来孩子就是各有各的特质，这就称为个性。不去培育孩子的个性，反而着力于消除孩子的个性，因此，孩子当然对此发生反感。

有的母亲会因为孩子不看卡片而烦恼，其实当孩子不想看时，就不要勉强他，而让孩子去做他喜欢做的事情。

在此我收到一封老师的来信。

（前略）有的母亲因为自己的孩子对于教材方面有困难，尤其是不看卡片，因此感到很烦恼。这时，我就会以老师的忠告来回答她们：“如果孩子不想看卡片，就不要勉强他，只要他有自己想做的事情，或者有兴趣的事，就让他去做，这就是七田先生的目的。”家长们也多半能够了解。

老师的建议对我本身也有很深的影响，以前我都一直执著于卡片，但是现在我已经能够将目光朝向新的方向。

现在除了卡片以外，我会在教室当中特别使用一些让孩子动手、动手指，做一些会引起孩子兴趣的游戏。

没想到在50分钟的课程中，几乎所有的孩子都非常专注、精神都非常集中，并且快乐地参加，课程进行得非常顺利。

从今以后，我也一定要重视每一个孩子的个性，好好地指导他们。





二十七、孩子奇怪的原因

在育儿时也会遇到困难的情况，其原因何在？孩子的情绪之所以不安定，是因为孩子感觉到失去双亲的爱。孩子失去双亲的爱会感觉到悲伤、感觉到恐惧，并在悲伤之余发出愤怒的吼声。

学者包比认为不良少年有三项特征：

- (1) 每一位不良少年和双亲之间都没有和谐的关系。
- (2) 他们很想诉说双亲的感情。
- (3) 让自己的行为造成他人的迷惑，而且是带有危险性的行为，便是想要借此唤起被双亲否定的感情。

在孩子内心深处最害怕的，就是被母亲所忽略。然而，孩子又会故意做出一些行动，让母亲忽略他，这实在非常奇妙。事实上，这只是他要博得母亲感情的一种手段而已。因为在孩子的内心深处，他们拥有想要与母亲之间保持关系的强烈欲望。

可是，母亲却忽略了孩子所发出的这种信号。其实，在遇到这种情况时，每位母亲的反应都是一样的，在困惑、绝望之余，她干脆就放弃他，“我不管你了”、“随便你”。

当母亲对育儿有强烈失败感时，就只好将育儿工作交给他人。

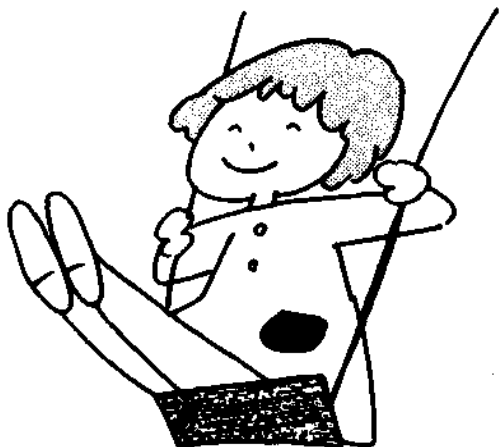
孩子本身也会对自己所做的事情感到害怕，因为心想是不是又会被拒绝、又会被忽略……然而，孩子却重复做着自灭性的事情，而且成就了自己的恐惧。（也就是真的被





母亲所忽略)

这真是亲子之间的恶性循环。



二十八、如何解开恶性循环的症结

要使这些孩子恢复正常，最重要的就是亲子之间的亲近感。母亲的爱与保护，是孩子满足的源泉，孩子会以孩子幼稚的做法拼命维系亲子之间强烈的不可分割的感情。

然而，母亲却没有办法解读孩子在行动背后所潜藏的心理，而做出了与必要正好相反的对应。如此一来，与孩子之间的距离就愈来愈远了。

事实上，在创造亲子感情的同时，“母亲的忍耐”也应该被要求。母亲为了维系对孩子的关爱，必须要有强烈的





忍耐力，因此，母亲也必须学习。

二十九、美妙的一分钟教养

为了要解开这类亲子之间的恶性循环，在此介绍一个非常有效的“杰拉尔顿·尼尔森的一分钟教养法”。这真的是一个非常美妙的方法，在这个方法的帮助之下，很多亲子关系都得救了。

方法分为以下三个部分：

1. 母亲要向孩子表现出自己困惑的感情、思想及悲伤，并告诉孩子为何斥责他。

例如，下列的这种情形：

“小宝，你怎么可以打妹妹？在这个家里是不可以打人的。你打了妹妹，妹妹会痛，所以妈妈非常生气！这件事情以前就已经说过了，你却把它忘了！有了这种粗暴的行为，即使你以前对妹妹多好，都没有意义了。你伤害了妹妹，让妈妈感到非常生气！这是最要不得的事情。”

2. 如果叙述得太长，反而会带来反效果，大概持续30秒就可以了。接着，要强忍住生气的态度，变成是充满关爱、照顾孩子的好母亲。（这是最重要的一点）

“小宝是妈妈的心肝宝贝，所以妈妈绝对不会放弃你，妈妈是因为你打了妹妹所以才斥责你，因为你做了不该做的事情。你本来就是一个很好的哥哥，本来就是妈妈最乖的孩子。但是，如果你以后再忘记，妈妈还是一样会斥责你，只因为妈妈希望你当一个好哥哥。”

以非常坚决的语词来承认孩子本来就是一个好孩子，





然后抱着他。换句话说，就是从你的声音以及你的动作传达你的关爱。

接下来这么说：

“你知道妈妈为什么斥责你吗？”

“因为我打了妹妹。”

“你知道自己做错什么吗？你知道为什么每当你做错事情时，妈妈就要斥责你吗？这是因为妈妈太喜欢你的缘故，因为妈妈希望你成为一个好孩子。那么，如果下次妹妹再调皮捣蛋，你该怎么办呢？”

“告诉妈妈。”

“对！这样非常好！”

3. 在最后8秒，你必须紧紧地抱住孩子说：“妈妈最喜欢小宝了！”

利用这个简单的方法，就可以使孩子完全改变，否则，即使你给与他任何处罚，也许他都不会改变。尼尔森博士就是使用这个方法，拯救了许多令人伤脑筋的孩子，让他们完全改变了。

其实孩子所做的事情，只是要求得到母亲关爱的一种笨拙的方法而已。

也许利用这个方法，无法一次见效，这时，可以多进行几次，孩子终究会确信自己是受到母亲的喜爱。而当孩子有了这层确信之后，他就会变成温顺、乖巧的孩子。

此外，当你在做这件事情时，一定不要让其他孩子看见，因为只有孩子的自尊心被维护着，才能够使孩子的内心集中。有其他兄弟姐妹在场，就不要做这件事情，因为这样会使孩子的内心混乱。





第八章

培育孩子的干劲





每个孩子的母亲，都想培育出干劲十足的孩子，但又都为不知该如何做才好而烦恼。

在此特别设计一个章节，针对如何培育孩子的干劲来加以说明。

一、干劲是孩子的原动力

孩子可分为有干劲的孩子与没有干劲的孩子两种。干劲乃是孩子进步、向上的原动力，而没有干劲的孩子因为缺乏原动力，也就无法进步、向上。

其差别出自何处呢？无法一言以蔽之。但是，如果孩子身体不好、精神状况不好，就会变成没有干劲的孩子。至于出生后身心方面有障碍者，也会成为没有干劲的孩子。

此外，因为家庭的因素，例如，搬家，或者是举家迁回乡下等理由，也会使孩子失去干劲。另外，双亲对待孩子的方式不恰当，也可能使孩子失去干劲。

以下就来讨论，该如何做才能引发出孩子的干劲。

二、刚出生的婴儿都充满了学习的欲望

对刚出生的婴儿来说，除了有疾病或是障碍的情形之外，每一个人都充满了学习的干劲。

因为是第一次来到这个人世间，一切对他们来说都是陌生的，所以，对于任何事物，他们都很想知道、很想了解。





但是,如果婴儿出生的环境无法引发出他们的好奇心,或者是被引发出的好奇心无法获得满足,则他的兴趣就会愈来愈减退。

换句话说,兴趣和好奇心才是干劲的泉源,所以双亲一定要为孩子准备好培育出他们兴趣与好奇心的环境。因此,在婴儿床上吊会旋转的铃铛,或者是让他看绘画卡、图画书等等,都是为了要满足孩子们的好奇心和学习的欲望。

三、配合孩子的兴趣

婴儿充满了好奇心,充满了学习的欲望,但是如果双亲不关心婴儿内心的动向,只教自己想教的,结果会变成如何呢?

如果双亲给予婴儿的,是婴儿感兴趣的事,就没什么问题。但是,如果不符合婴儿的兴趣,婴儿就会转过头去,这就代表孩子发出“妈妈,我对这件事没兴趣”(你已经教得太多了)的讯号。

如果母亲没有注意到这些讯号,只是一味地想把一大堆的知识塞入孩子的脑中,则婴儿就会立刻失去干劲了。

换句话说,母亲做太多也是使婴儿失去干劲的首要原因,在此也可以称为早期教育的弊害。因此,绝对不可以无视孩子的心情,只是单方面的填入。

相反的,对于孩子感兴趣的事情,母亲给得再多,孩子仍会感到兴趣盎然。如果停止,他反而会哭泣说:“我还想玩!我还想玩!”





防止婴儿失去干劲的第一要点

必须要巧妙地解读婴儿内心的情绪，不要勉强给与他不喜欢东西。

四、突然失去干劲

本来是朝气蓬勃的孩子，但是学习欲望突然降低了，在什么情况下会发生这种情形呢？

首先，就是对于所学的事情缺乏兴趣的。婴儿的学习能力比双亲想像的要快得多，尤其是右脑发达的婴儿，在一瞬间就拥有学习的能力，但是双亲却不了解这件事，只是一而再、再而三地反复教导同样一件事，让孩子完全失去了兴趣。

孩子对于本来很有兴趣的图画书突然失去兴趣，变得不想看卡片，而且玩具也是玩过以后就不想再玩，这就表示他已经从这方面学习到太多，对这些东西没有兴趣了。

然而，双亲却认为如果不再三反复教导、没有办法培育出孩子的能力，因此就继续勉强孩子学习。

虽然孩子已经把头转开，发出了我不想看的讯号，但是母亲仍然给与相同的图画书或者是绘画卡，让他持续看两三个月。

这样会使学习中的孩子完全失去学习的欲望，而这种现象经常发生在想要培育出优秀孩子的家庭中。

愈是优秀的孩子，他们学习的速度就愈快；愈是优秀





的孩子，愈会出现不集中的现象。

遇到这种情况，乍看之下会让他人觉得孩子缺乏集中力，因此，需要特别加以注意。

孩子对于崭新、罕见的事物都会充满好奇心，因此，在这种情况下，最好不断改变给他看的東西，或者是让他学的东西。

如果不了解这种情况，家长就只会庸人自扰，而发出无可奈何的哀叹：“为什么我们家的孩子这么缺乏集中力呢？”

防止婴儿失去干劲的第二要点

一定要相信婴儿快速的学习能力，并且配合婴儿不断更新的学习欲望，来不断地更新教材。

五、母亲的话让孩子失去干劲

孩子总是对于崭新、罕见的事物表示兴趣，因为了解、确认，以及理解而快乐。

然而，父母亲对于孩子所做的事情，不是说不行，就是说他在调皮捣蛋，因此而责备他。

只要孩子的身体非常健康，则不管什么事情他都会想要碰一碰，不管是哪里他都会想去看一看。他会把化妆台的抽屉拉开，将里面的东西撒了满地都是；或者只要手上抓了什么东西，他就想要丢丢看，想知道会发生什么结果；他会弄破和室的纸门，让双亲备感困扰。





如果母亲严厉地斥责他，只会使他刚萌芽的好奇心丧失殆尽。

等他再稍微长大一点，他会不断地问：“为什么？”“怎么会这样呢？”如果母亲觉得这样的孩子非常烦、非常吵，反而斥责他，不让他提问题，则孩子的兴趣就会很快丧失，也会失去干劲。

剥夺孩子干劲的，就是母亲的这种态度及言语。

以下的言语会使孩子的干劲顿然消失：

- (1) “不行!”、“不可以!”
- (2) “你怎么不懂呢?”
- (3) “你真是坏孩子!” “你真是没有用的孩子!”
- (4) “不要在旁边一直烦我!”
- (5) “你真啰唆!妈妈现在正在忙呀!”
- (6) “你看看哥哥!”(和其他的孩子比较)
- (7) “你真笨呀!”、“你又做错了!”
- (8) “不要光是盯着电视看，你应该去读读书呀!”

六、培育孩子的干劲

反之，如果想培育出孩子想看、想了解、想做的干劲，也是决定于母亲如何做。

1. 给与他只需要一点努力就能够完成的课程，借以培育他的自信心

对于孩子，不要要求做太难的事情，否则孩子会因为害怕失败而不敢尝试，而且只要重复几次失败之后，他就会像生病一样，不管什么事情都是“妈妈帮我做”，绝对不





会想自己亲身去做。

这就是因为母亲让他做太难的事情了。例如，对于仅2岁的孩子来说，要他排50片的拼图时，就把拼图全部倒出来，然后对他说：“你把拼图完全正确地排进去。”这对于过去从来没有做过这件事的孩子来说，只要他做了一下子，就会觉得“这个东西好难呀！自己怎么这么笨！怎么都不会呢？”

应该先拿比较简单的东西给他尝试，先让他装入一片拼图，再让他装两片拼图，如此循序渐进地培养孩子的能力。

从小就循序渐进，不断尝到成功滋味的孩子，不但能力可以获得肯定，而且也会充满干劲，并对这项课题充满兴趣。

防止婴儿失去干劲的第三要点

- (1) 不要有过高的目标
 - (2) 不要让孩子连续失败
 - (3) 积累小成功，培育自信
-

2. 不可以有太多玩具

在培育孩子的干劲当中，有一句话叫做“书重视丰富，玩具重视品质。”

孩子最喜欢图画书，不论他想读多少图画书，都应该让他读，但是，如果你不管他心情好不好，都只是由母亲单方面读图画书给他听，反而会让让他讨厌图画书。

但是，如果孩子有自己喜欢的图画书，即使一天读30~40本也没有关系。(只是不要忘了让他到外面去游玩)





反之，玩具則不可以給得太多。因為太多的玩具會使孩子三心二意，使他缺乏集中力，所以最好給他能夠重復組合、變換不同造型的玩具，例如，積木就是很好的玩具。

這樣的玩具可以培育出孩子的創造力、想像力、集中力，以及思考力。

3. 應該順其自然地讓孩子做他想做的事

要培育孩子的干劲，最重要的就是讓孩子做他喜歡做的事情、做他想做的事情。此外，通過遊戲來學習也非常重要。

對孩子來說，遊戲是非常快樂的，而遊戲有以下三項要素：

- (1) 不論誰都會玩
- (2) 大家可以一起很快樂地玩
- (3) 可以學到知識

孩子會玩過家家的遊戲或者玩扮醫生看病人的遊戲，這是因為他充分地觀察周圍人的結果。而且，學習就是一種模仿，在模仿當中，孩子便學會了他所應該學的事情，所以首先就從模仿人開始學習。

只要是孩子喜歡做的事情，就應該不斷地讓他去做。

例如，喜歡恐龍的孩子，就應該讓他玩恐龍的玩具，並且買恐龍的書本給他讀。

不要害怕孩子的興趣會偏向某一方面，而應該積極地讓他在自己感興趣的知識領域內集中自己的精力，借此培育他的集中力及思考力。

當他學習到一定程度之後，孩子的興趣就會轉移到別的方面。這時，他之前所學習到的集中力、思考力，就會





移到新的学习事物上。所以，让他集中精神在一件事情上是最好的，请各位父母放心。

七、母亲的不安是育儿最大的敌人

世界上所有的母亲都希望自己的孩子能得到最好的照顾，相信没有一位母亲是例外。

然而，实际上与这个愿望相反的例子却非常多，也就是说，想要轻轻松松就把孩子带好，是一件很困难的事情。为什么会变成这样呢？

我想，最大的原因出自于母亲没有以正确的态度面对孩子。本来应该相信自己孩子的成长，应该让孩子自由自在、快乐，但是做父母的却总是拿自己的孩子和其他的孩子比较，因而让自己感到焦虑，让自己觉得自己的孩子是怎么了？而这也是造成孩子丧失干劲的原因。

如果母亲对于自己孩子的成长感觉不安，对于自己在育儿方面感觉不安，便会扭曲了孩子正常的成长。

八、为何别的孩子都能够离开母亲，自由自在地游戏

由于孩子会用他的ESP(超感觉)感觉到母亲对于孩子成长所怀有的不安，因此，孩子本身也会不安。在这种不安的情况下，他就没有办法离开母亲。所以，如果能够很自然地面对孩子的成长，并适度地对孩子放手，这样孩子就能逐渐离开母亲，自由自在地玩耍了。





从这方面看来，认真思考该如何育儿的母亲，似乎反而会有孩子带不好的结果。

母亲在育儿方面不要怀有不安的心情，不要被自己的情绪束缚住，应该适度地解放孩子，让孩子自由自在地生长。如此一来，以前总是黏在母亲身边、爱哭的孩子，就会变得非常活泼、有朝气，并且一变而为幼儿园里第一的好宝宝。

九、不要比较、不要焦虑、不要休息

因为将自己的孩子和邻居孩子相比较，而感到焦虑，这在育儿方面是最要不得的。但是，当我们看到什么报导的时候，就会不知不觉地将自家孩子与他人的孩子相比较，





并怀疑自己的教育方法是不是不好，很多母亲都有这种不安的心情。

绝对不要将自己的孩子和别的孩子比较，因为每一个孩子都有他自己的生长速度，他们的发育都不可能一样。因此，比较起来一定有差异，这是理所当然的事情，况且，在经过比较之后，如果发现自己的孩子发育迟缓，就会产生焦虑的心情。

许多母亲在育儿方面都会感到焦虑不安，总是担心自己孩子的发育会不会比别的孩子迟缓。

但是，等到经过医师的检查、诊断之后，才发现孩子的发育的确符合标准，只不过是母亲的期待过大，因而认为自己的孩子发育迟缓。

因此，必须相信自己孩子的发育绝对不会迟缓，只不过是母亲期望过于殷切罢了。由于处在这种过于殷切期望之下，才会对自己孩子的成长怀有不安，并且不相信自己孩子的成长。此外，母亲的这种不安反而会妨碍了孩子的成长。

十、母亲的焦虑妨碍了孩子的成长

妨碍孩子健全成长的最大杀手，就是母亲的焦虑。相反的，如果母亲非常信任自己的孩子，让孩子自由自在地发育，就会培育出优秀的孩子。

或许有人会反过来这么想，因为孩子发育得很好，所以母亲就放心让他自由自在地发育。但事实上并不是这样的。因为从因果关系来说，母亲这一方是因，而孩子则是





母亲养育的果。

以下列举几个实例：

会员A妈妈的孩子在1岁半的时候，都还不会说话，而且也还包着尿布，不管在哪一方面都只有失败的份。因此，我便建议她不要拿自己的孩子和别人的孩子相比，并且不要焦虑，应该以非常开朗、大而化之的心情，来相信孩子本身的成长。所以现在最重要的，就是怀着一颗帮助他、在他身后协助他的心。

A妈妈接受了我的建议，她不再感到不安，并让她的孩子自由自在地成长。

这个孩子在过了2岁2个月之后，终于说出话来，而且在说出话的同时，他也不用再包尿布了。虽然吃饭的时候他总是失败，但是经历不屈不挠的过程之后，终于在两岁四个月的时候，可以自己吃完一顿饭。A妈妈非常高兴写信来，是在她入会后两年四个月。

会员B妈妈则叙述自己的孩子已经3岁了，但是总是黏着母亲不放，没有办法离开母亲。孩子今年开始上幼儿园，虽然其他的孩子一开始上幼儿园时也都会哭泣，但是大约经过一个月之后，就没有人会哭泣，并且都已经溶入幼儿园的集体生活中。然而，她的孩子已经进入幼儿园两个月了，到现在还是每天哭泣。

在此，我建议这位母亲“孩子之所以会感到不安，是因为母亲内心不安的缘故。因为母亲在内心一直不安地想着，是不是该把孩子留在幼儿园就回家了呢？或者是想着孩子今天是不是又会哭泣，而没有办法和其他的孩子一起相处呢？因为母亲总是处于不安当中，而这种不安也会传达





给孩子，便使得孩子感到不自在。

从今天开始，将孩子带到幼儿园之后，就在一瞬间忘了孩子的事情，开始愉快地上街买东西。”

令这位母亲非常吃惊的是，自从接受了我的建议之后，没想到从当天开始，孩子就停止了哭泣，而且溶入了幼儿园的集体生活当中。

会员C妈妈则是因为孩子总是没有办法接受卡片的课程，因而感到烦恼。在出席讲习会时，当她看到很多母亲都在卡片教育上取得了成功，因此更加深她“我务必在我的孩子身上看到成功”的心意。在这种强烈的期待之下，孩子当然会焦虑、紧张，深怕自己又做不好，而被妈妈斥责。

因此，我便建议她，当孩子想看时就让他看，想读时就让他读，而且父母也不要太过于心急，要完全配合孩子的兴趣来进行。

结果，我接到她的来信，信中说：“我的孩子百分之百成功了，正如老师所说的，是因为母亲太过于心急，而让孩子非常紧张，但是这样只会对孩子造成负面的影响而已。”

十一、理想主义是阻碍

如果在育儿方面抱有理想主义，就一定会遇到阻碍。所谓理想，就是人们对未来事物的想像或希望（多指有根据的、合理的，跟空想、幻想不同），而理想主义则是另一回事。例如，母亲有一个理想，然后将这个理想套在孩子身上，希望培育出符合这个理想的孩子。如果现实没有办法符合理想，母亲就会非常紧张。





聪明的母亲应该是现实的，应该配合自己孩子的成长，并在自己能力范围许可之内育儿，而这也就是我所称的第二主义的育儿方法。

有理想而且希望符合理想，如果不符合理想就会烦恼，请各位母亲不要这样将自己的理想套在自己的孩子身上，应该百分之百地认同孩子的现实表现。

应该在自己时间许可的范围之内、经济许可的范围之内，对孩子付出，并且不管孩子有怎样的表现，都应该百分之百地给予肯定，而不要只是一味地要求孩子所做不到的事情。

如此一来，母亲就会因为孩子那怕是些许的成长、前进而感到欣慰，而且母亲的内心也不会感到焦虑，孩子就能不断地健康成长。

十二、如果不能给孩子许多关爱， 以及育他平和的心情，就无法 引发出孩子的吸收力

母亲只将精力集中在读书方面，对于其他的事情则不太理会，是最笨的育儿方法。而有些母亲只注重孩子的课业，对于教养方面完全都不在意，这根本就是本末倒置。

由于母亲希望自己的孩子很会读书，因此，便在责备当中勉强孩子读书，其实这样做效果并不好。看到母亲的来信之后，我解读了孩子的内心，也让我感觉心痛。

在被斥责的状况当中读书，则连络读书回路的中枢本来是很快乐的，但是这时却和不愉快相结合，如此只会培





养出一生都对学习感到不快乐的孩子而已。

如此一来，只会压抑他学习的兴趣，并妨碍了他吸收的能力。而且不管你怎么看，他都会比喜欢读书及吸收能力好的孩子还低一等。

当孩子在读书的时候，母亲为什么要责备他呢？这是因为母亲对孩子有过大期待的缘故，而且在母亲心里有一个基准，就是这种事情非会不可。

对孩子而言，一切事情都是出生后才第一次接触到，因为是第一次接触到，所以无法做得很好也是理所当然的。可是，当孩子做得很好，母亲就会非常高兴，但是如果做不好，就会遭受斥责，甚至还会受到母亲的冷言冷语，“你这样做不对！你仔细看我做。”

当婴儿学走路时，大家都会鼓掌叫好：“小宝会走路了！”不管跌倒几次，父母绝对不会斥责他：“你怎么这么笨呀！”但是，为什么孩子愈大，母亲在不知不觉当中期待也愈高，已经不知道等待是什么了。

最重要的是不要焦虑，让孩子自然地学习，而母亲则要学会等待。

十三、成为正面能源的母亲

谁都希望自己很会带孩子，并且把孩子带得很好。但是，却没有人觉得自己很会带孩子。事实上，有很多母亲觉得，带孩子是件很困难的事情。

要培育出有干劲的孩子，最重要的秘诀就是要先培育孩子的心。不要只着重于培育孩子的智力，而应该培育孩





子的心。

孩子很聪明、喜欢学习，就是因为他们内心光明的缘故。

培育孩子心的状态又是怎样的状态呢？

心有两种状态，有正面的心与负面的心。所谓培育心的状态，就是指正面的状态，也就是有肯定反应的状态。从婴儿时期开始，母亲的反应便决定了婴儿的头脑是开启肯定回路，或是开启否定回路。

如果婴儿的脑部开启的是肯定回路，则他的内心就会非常光明，充满朝气，也就是充满正面能源。不管做什么事情，大多会非常快乐，身心呈现非常正面的状态，会孜孜不倦地努力学习。

相反的，如果婴儿的脑部开启的是否定回路，则会呈现否定、负面的心。这是因为从婴儿时期开始，母亲就为他开启了否定回路。

肯定回路的孩子充满自信，充满干劲，会非常快乐地学习母亲所给他的事情。相反的，否定回路的孩子缺乏自信，缺乏干劲。不管母亲给他什么事情，他都会说：“我不会。”、“妈妈你做。”而呈现拒绝的态度。

从这两种类型就可以了解，如果要培养优秀的孩子，一定要开启他的肯定回路。

十四、成为负面能源的母亲

然而，说得容易，但做起来却不那么容易，并不像想象的那么简单。





在现实生活中，以负面能源的母亲为多。为什么呢？因为母亲总是流于理想主义，以理想主义的眼光来看待事物，不管对于任何事情都会看得不完全，都会觉得不够，不管什么都是不满的种子，只有看到缺点而已。

同样的，在看待自己的孩子时也只看到缺点，而且会拿自己的孩子和其他的孩子相比较，觉得自己的孩子不够、不行。

当母亲采取这种态度时，就是内心充满了负面能源状态的时候。而当母亲以负面能源来对待孩子时，一定会开启孩子否定的回路。如此一来，孩子就没有办法很自然地发展成长了。

在这个世界上，正面能源与负面能源都在发挥作用。正面能源会使一切加以作用，负面能源则妨碍了一切的作。关于这一点，为人母者必须首先要了解。

美国的加利福尼亚大学曾进行以下的实验：让同一个母老鼠所生的A、B两只老鼠同样走入迷宫，看哪一只比较快到达放置食饵处的简单实验。

考官向观察这项实验的人说明，A老鼠是聪明的老鼠，B老鼠是迟钝的老鼠。但事实上，两只老鼠的聪明程度并没有差别。

当实验一开始，被大家信以为聪明的老鼠左弯右拐很快就穿出了迷宫，到达了放食饵的地方；而被大家认为是愚笨的老鼠则始终没有办法走出迷宫，到达食饵的地方。

这项实验反复进行了好几次，结果都一样。

有关超能力者的实验也是一样。大家都相信，对有能力的超能力者进行实验，都能够轻轻松松取得成功。然而，





如果周围的人都怀疑这个超能力者的能力，则实验就没有办法成功。

在育儿方面也是一样的，不相信自己孩子的母亲，是很难看到孩子成功的。

十五、只要转化为正面，就能获得成功

这么说来，被负面能源的母亲所养育的孩子就没有救了吗？不！只要将母亲的心态从负面改变为正面，母亲就能立刻变成具有正面能源的母亲。

当母亲变成正面能源而与孩子接触之后，孩子也会立刻变成正面能源。如此一来，脑部的回路就会变成肯定回路，在学习字卡方面也能一学就会。

我始终强调，只要母亲改变，孩子就会改变。

想要把孩子带好，一定要尽早注意到这种正面能源与负面能源的存在。

各位必须了解，如果对任何事情都抱有否定观点，就会发生负面能源，如果对任何事情都抱有肯定观点，就会发生正面能源。因此，我们必须学会以肯定的眼光来看待事物，并且养成这种好习惯。

十六、现在的孩子就是100分

请学会以肯定的眼光为自己的孩子打分数。孩子现在的样子就是100分。但是，许多母亲一定都认为，自己的孩子有缺点，是没有办法得到100分的。





然而，能够简简单单就为孩子打100分的方法，也不是没有，那就是不要只注意孩子的任何一项缺点，只要注意优点就好了。

只要不注意缺点，就能立刻为孩子打100分，并且巧妙地称赞孩子的优点，则他的缺点自然就会消失了。愈是注意他的缺点，他的缺点就愈大。与其如此，还不如将缺点放任不管，只认同优点，并且称赞他，使他的优点不断地增多，如此一来，缺点就会在不知不觉中消失了。

这种对待孩子的方式，也适用在对待丈夫及婆婆身上。不要老是说丈夫和婆婆的任何一项缺点，而是说出他们的优点，并怀有感谢的心，则你的丈夫就会变成体贴的丈夫，你的婆婆就会变成好婆婆。

即使你注意他们的缺点，丈夫和婆婆也没有办法如你的心愿。所以请不要只注意缺点的部分，只要去称赞优点的部分，则你的丈夫和婆婆都会变得非常好。

孩子也是一样。当我在演讲中接受听众所提出的问题时，大家都会叙述自己孩子的各种缺点，并且坦白说自己非常烦恼，不知道该如何矫正自己孩子的这些缺点。在此我奉劝各位，每个孩子都是100分，不要在意他的缺点，要认同孩子，并且称赞孩子的优点。

如果想要针对孩子的缺点来矫正他，通常会进行不顺利。与其如此，还不如注重孩子的优点，认同他、称赞他，培育孩子的心，也培育孩子的干劲。

只要了解这层道理之后，母亲在带孩子时就能轻松愉快了。





——培养干劲最重要的六项重点——

- (1) 不要只注意孩子的缺点、短处，应该认同他的优点、长处。
- (2) 不要认为孩子现在的样子就是固定的姿态，而是要将其当成一个成熟的过程。

即使现在是个夜哭郎，是个拗脾气的孩子，或者不想读书、发育比较迟缓，但是这都不是决定性的，都不能算是孩子的缺点。

- (3) 不要以完美主义来养育孩子，必须接受他的不完美。
- (4) 不要拿自己的孩子和其他的孩子相比较，如果真要比较，就和孩子一个月前、半年前的他做比较，并且认同他的优点，称赞他的长处吧！





- (5) 不要以学历来衡量孩子的价值，而应该着眼于每个孩子不同的个性，并针对他的优点给予评价和鼓励。
- (6) 如果不附加任何条件，每一个孩子都可以打100分。此外，惟有对于孩子无条件地信赖，才能培育孩子的干劲，就算是最后一名孩子，也应该告诉他：“你将来一定能够成为大人物。”学会以长远的眼光来看待孩子。

——感谢老师的指导——

我自我提醒，即使他做了本来就应该会做的事情，我也要称赞他：“你已经会了！好极了！”就能让他的学习意愿不断地涌现。早上起床的时候也是一样，以前孩子起床时总是懒懒散散的，现在他已经能够一个人起床，自己一个人换衣服，并且和大家打招呼，说：“早安！”。

就连早上看卡片的课程也是一样，不用母亲说什么，他就会自己进行每天的课程。当他完成之后，就会拿着红笔和他的笔记来给我看。这让我深深地体会到，母亲的改变对孩子而言，真的是非常重要。

我不断地自我反省，自己非改变不可，因此才有今天这样的局面。此外，我也试着和孩子一起制订一天的课程表。例如，在做家务方面，孩子决定做“打扫庭院”的工作，练习钢琴是在用过点心之后……像这样子让孩子自行决定。我们将早上起床、刷牙、读卡片、帮忙家务、到外面去游玩、练习钢琴、晚上睡前刷牙等等的事项，列了一张表，孩子如果完成某一项，就自己在表上贴一张贴纸。如





果全部完成，我就在下面画上动物、花、或者是洋娃娃的形状。孩子最喜欢我在上面画图了，因此，以前都需要我说“赶快去做什么”，现在不需要说，他就能主动去做了。

(6岁2个月的孩子) 宇都市 T.M

虽然心里很了解，但总是没有办法做好“称赞育儿法”。我愈是骂章也，章也就愈顽皮。因为我自己也很了解，现在是决定他一生性格的重要时期。于是，我便依照老师的指导，开始改变自己，成为一位“称赞育儿”的母亲。果然孩子变得非常开朗，非常朴实了。“不要斥责”真的是非常重要，而且即使孩子只做了一点好事，也要“称赞”一番。在以前看来是理所当然的行动，他现在却乐此不疲，这正是因为“称赞”的缘故。例如，倒垃圾我也会“称赞”他，所以他会显得非常高兴，整理房间也是一样。至于玩拼图或者是卡片游戏时，他也最喜欢别人“称赞”了。

(虽然现在他的注意力还不是很集中，但是因为我已经不再生气，所以我本身的焦虑也消除了。)当他闹别扭时，我也不再斥责他，而会对他说：“好了吧！”等到他真的停止时，我就会称赞他。

(1岁5个月的孩子) 川崎市 A.S

非常感谢老师的指导。

最近，我和我的孩子相处得非常快乐，我已经学会体谅孩子的情绪了。

当我以体贴孩子的情绪来和孩子相处时，孩子变得很听我的话，令我感到非常不可思议。因此，对于老师所指





导的学习，我也不再坚持“什么都必须要会”，我只让孩子做他想做的事情、做他会做的事情。而且，当做母亲的心里有了这份宽松之后，读起书来就像“游戏”一般快乐。

这种方法让亲子之间都非常快乐，不再痛苦。虽然我们很少玩卡片的游戏，但是我也不在意，并不是已经死心了，只是慢慢进行罢了。

以前我总是拿自己的孩子和别人的孩子相比较，结果就只注意到自己孩子的缺点，而感到懊恼。然而，如果只想着缺点，则所注意到的就只有缺点，这时只要将自己的观点稍微改变一下，就能注意到孩子的许多长处。因此，只要每一位母亲都将自己的孩子打100分，则孩子的可塑性就会无限地延伸。

母亲对于孩子不可以有过高的期望，但是也绝对不可以掉以轻心，反而应该以忍耐、温暖的关爱来等待孩子的成长。从今以后，我一定要以一颗宁静的心来关爱我的孩子。

(2岁8个月的孩子) 练马区H.M

——常常麻烦老师，真是不好意思！经过老师的指导之后，我下定决心，对于他饮食方面的事情不再担心，不再干涉，没想到他吃饭的方式完全变了。当他不想吃时，我就不再勉强他吃，几次之后，他反而会主动地说：“我想吃饭。”然后，会自己坐在椅子上。而且用餐的量是以前的三倍，如果和以前比起来，可说是一眨眼的工夫就吃完了。

对于老师的协助，我真的是非常感谢。我想，以前孩子缺乏食欲最大的原因，就在于我的内心非常紧张，总认为“非吃不可”，于是，便对孩子造成了负面的影响吧！在语





言方面，他也会开始说两句话、三句话，“妈妈，我想洗澡了。”、“妈妈，小宝想喝果汁。”等等。

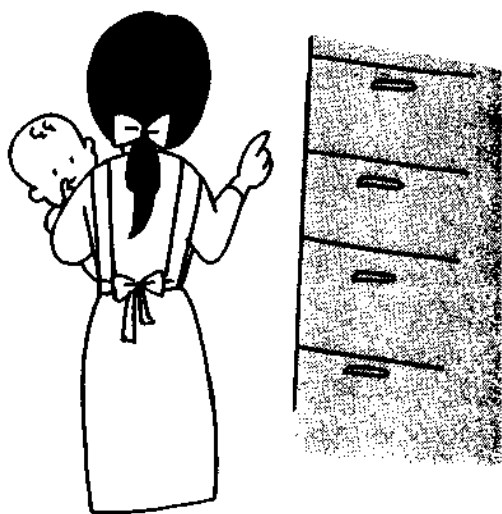
此外，他也会以丰富的表情唱儿歌，并且可以独自唱完一首歌。这个月因为比较忙，所以比较少进行课程。我现在先教他认字，但是不教他写，我想，步调不能太快，因为最重要的是要让孩子产生兴趣。

(2岁1个月的孩子)横滨市 T.S





第九章 幼儿的左脑教育 与右脑教育





自从1981年加利福尼亚工科大学的罗杰·史培力教授研究人类的右脑获得诺贝尔奖之后,右脑教育就非常兴盛。

幼儿的头脑本来就是右脑比较发达,而在这个右脑里到底起了什么样的作用呢?右脑的作用到底像什么呢?通过本章进行学习探讨吧!

一、每个孩子都具有超能力

当孩子刚出生时,左脑与右脑呈现平衡状态,各打开50%。

然而,由于受教育既成的概念的影响,人们接受了有界限的这道墙壁。因此,无限的右脑能力就渐渐减退了。基本上,可以将右脑想成是超能力脑。

据说孩子是超能力的泉源,因为在间脑的地方有能够发挥超能力的松果腺,而这个松果腺在出生时非常发达。

但是,由于对松果腺刺激不足,以及没有充分使用的缘故,使得头脑的理论性头脑充分作用,右脑也就渐趋萎缩了。

超能力发达的孩子,他能够看到、感觉到左脑发达的人(也就是成年人)所不能感觉到的、存在于第四次元世界当中的事物。

此外,古今中外拥有丰功伟绩的天才们(发明家、艺术家、科学家、运动家、企业家们),都是从右脑的世界来接受资讯,并且留下丰功伟绩的。

例如,曾荣获诺贝尔奖的作家梭尔·贝娄曾说过:“我在写作时,就成为一位透视者,我能够看透一切。”利用本





身的透视能力，能够透视小说的未来发展，便完成写作。

史蒂文生是写了《金银岛》、《铁面人》的著名小说家，他说道：“有关于小说的主题如何进展，是当我有了某种程度的计划之后，大概就会搁置两天。在这段期间，或许我会进行各种思考，或许根本什么也不想，只任由这个计划自由发展。等时间一到，突然之间故事就会自动地展开，作品也就能一气呵成了。”

他认为，这是仙女带给他的故事。

日本作家栗本薰在写有关江户时代的小说时，也会真实地感受到自己就活在那个时代的江户街上，而且只是单纯地描写当时的情景就完成小说了。

有吉佐和子也有类似的体验。

诺贝尔奖的得奖人，即著名的汤川博士，据说也是有一天晚上思考的时候，在疲倦之余呆呆地望着天花板中的一点，突然右脑有一个念头闪过，就这样发明了中子理论。

爱因斯坦也说：“奇妙的思想或念头并不是从脑海当中涌现出来的，而是由外在(第四次元世界)所创造出来的。”

贝多芬说：“我在作曲时，就好像音乐的仙女在我的四周跳舞一般，我的灵魂则追逐着这些仙女而游戏。”

像这些为人类创下了丰功伟绩的精英们，都是从右脑的世界来吸收各种资讯。

二、左脑与右脑的特征

左脑是意识脑、语言脑，而右脑则是无意识脑、印象脑。





一定要使二者达到最佳的平衡，才是最主要的教育根本。

然而实际上，孩子的教育是偏重左脑教育，很少有母亲了解右脑的作用。

太过于偏重左脑的教育，使得孩子太过于意识化，就会变得兴奋、情绪高涨，没有办法安定。

当我们站在讲台上发表言论时，我们会紧张，这是因为当时左脑有很多的能量流过，但是右脑却缺乏能量流过。

左脑是借助于称为明在系理论的法则所作用。

右脑则称为暗在系，并不是依照理性的法则，而是与超越时间、空间限制的世界相连结。

当暗在系的回路打开，并与暗在系的宇宙能量相交流时，就会产生异常现象。

所谓的启开右脑回路，就是启开暗在系的接触回路。之所以会和暗在系的回路相连结，是因为当我们的头脑呈现空的容器状态时，无意识的部分就会放松，这时就会与暗在系相连结。

要达到这个境界并不是很困难，只要放松就可以了。

有件事情非常奇妙，就是孩子的头脑也和母亲的头脑相连结。当母亲的头脑太过于意识化，能源都往左脑集中时，孩子的右脑也就无法作用，而成为左脑比较发达的头脑。

如果要启开右脑，最重要的是母亲必须完全放松，必须由心里面放松。这时，孩子就会放松，就能很容易地出现右脑的作用。当母亲了解孩子的能力，并且完全放松时，孩子也能立刻达到顶端而成功。所以，请母亲务必要相信这个道理。





左脑是否定的头脑，是不易信赖的头脑；右脑是肯定的头脑，是正面思考的头脑。想要启开孩子右脑的母亲们，首先就应该相信孩子的本领，不要焦急，要以放松的态度来对待孩子。如果孩子接受到负面的资讯，那就绝对没有办法成功了。

三、创造使能源从左脑流向右脑的道路

要启开孩子的头脑，最好从左脑开始着手，因为左脑是借助于语言启开的。当母亲对刚出生的婴儿说话时，因为语言作用回路，就可以启开左脑。

这时，如果说说话时指着一项一项的物品，则右脑就会反映出这个物品的影像。此外，在资讯回路启开的同时，与左脑语言回路相连接的回路也会启开，如此一来，左脑和右脑就连结在一起了。

要启开右脑，首先就得像这样先对左脑充电。

如果在没有启开左脑语言回路的状况下，就启开右脑，便会成为左脑没有办法作用的障碍头脑。

例如，光看电视但是却和他说话，就会培育出自闭的孩子，原因便在于左脑没有作用的关系。

如果为了要启开右脑，便认为不要太过于启开左脑的回路比较好，这种想法就太过于极端了。所谓好的头脑，是左脑和右脑能够达到平衡作用，因此，首先就以启开左脑为条件。有了这层了解之后，接着就来研究如何将左脑所产生的能量移往右脑的方法。





四、启开从左脑至右脑的前集中回路， 接着又启开从右脑到左脑的集 中回路，反复进行

我认为，每一位母亲应该都一样，都希望启开孩子的右脑。况且，启开右脑对于育儿方面来说，是最迫切的事情。

在启开右脑的回路之前，应该了解各种回路。因此，以下所列举的各种启开方法，都非常重要。

孩子的脑很容易和母亲的脑形成同一步调，而母亲的脑是属于右脑型的脑。

在此再重复说明一次左脑和右脑的特征。

左脑是兴奋脑、现实脑、否定脑、主观脑；右脑是沉静脑、创造脑、肯定脑、客观脑。右脑会原封不动地接受一件事情，不会进行批判，而且是客观的脑。

要想启开右脑，先要启开集中回路。

左脑的负面资讯会妨碍集中。

因此，首先不要对孩子有否定性的思想，应该百分之百地肯定孩子、接受孩子。

否则，否定的思考会巡回左脑的回路，而封闭了右脑的作用。

如果对孩子的教育怀有不安、焦急，就没有办法好好地培育孩子。

至于右脑产生作用的集中力，是在内心非常充裕的状况下产生的，所以当能源充分地集中在右脑时，右脑的品质就会良好，能力也能够完全地发挥出来，自然也能够产





生理解力、记忆力。

学习控制左脑的作用,并且能够自由使用右脑的孩子,自然能够发挥超能力。

第一步就是要相信孩子的右脑能力。

五、不要只让左脑太过于活动

育儿最重要的就是讲求平衡,自闭症儿的右脑都非常发达,但是因为左脑的作用不好,所以他们没有办法说话,而且思考的作用也很薄弱。

古今中外展现出优秀才能的人,毫无例外,都是左脑和右脑非常平衡的人。

然而,在育儿方面,双亲往往容易流于可以看到结果的左脑教育。

左脑教育的特征是受信型。教孩子知识,让孩子记忆,然后考试,借助孩子所记忆的知识量,来判断孩子的优劣。

父母认为愈是教孩子,孩子就记得愈多,终于就投入了这种一味将知识塞给孩子的境界了。

由于父母亲热衷于左脑教育,因此大量的能源就流入孩子的左脑,孩子的样子当然就会变得奇怪了。

孩子紧张、焦急、没有办法安定,就是因为能源过多流入左脑的缘故。

当孩子放松、轻松的时候,右脑便呈现最佳状态。双亲一定要了解这二者的特征。

当能源过多流过左脑时,就会缺乏集中力。

集中力是在能源流入右脑时产生的。





六、孩子很容易和母亲同步

想要启开孩子的右脑，母亲就应该先进行右脑的作用。

当母亲愈是焦急、想着非做到不可，就愈会弄巧成拙，而惨遭失败。

这是因为左脑努力逆转的法则发生了作用。

当母亲的负面资讯发生作用时，左脑的作用强，孩子便很容易和母亲同步，而呈现左脑作用的状态。

在这种状态下，孩子的头脑就没有办法进行非常好的作用。

惟有以放松的心情接受正面资讯，而且右脑也呈现开启的状态，才可使一切的学习顺利。

因此，如果要使孩子的右脑开启，首先就应该由母亲先放松自己，并进入右脑活动的状态。

要启开孩子的右脑非常简单，只要母亲不对孩子发出负面资讯，而发出正面资讯即可。

当母亲感到放松的同时，孩子也能够往上爬，并尝到成功的滋味，这是许多人都有的体验。

七、虽然了解却没有办法改变

虽然了解这层道理，但是想要改变自己却不是那么容易。有很多会员都来信问到：该怎么办才好呢？

明明知道不要焦急，但是在不知不觉中又会拿自己的孩子和别人的孩子相比较，而产生焦急的心态。





母亲想要将负面资讯转变成正面资讯，是有诀窍的。

没有办法一口气就将负面资讯转换成正面资讯，这就好像在骑脚踏车一样，一定要由低速慢慢变为高速。

在这个转换的过程中，需要有个中立的状况存在。

而相当于这个中立状况的，事实上就是放松。

负面资讯→中立状况(放松)→正面资讯

那么，问题就在于该如何放松了——请依照以下的方法进行：

- (1) 首先进行冥想。(闭上眼睛，放松心情。)
- (2) 深呼吸。(以吐气十二，吸气六的比例进行呼吸，在吐气的同时将自己的身体放松至最大极限，并且深深而柔和地吐气。这时，要感觉自己的身体和宇宙合为一体。而吸气的时候则正好相反，是将身体封闭起来，一边吸气，一边想像将宇宙的能源完全都储存在自己的身体里。)
- (3) 暗示。

深呼吸后，接着进行暗示，即自己暗示自己的心情沉着、放松、缓和。

想像自己在春天宽广的原野上，有百花盛开、蝴蝶飞舞的风景。

想像在这个风景中，非常愉快的自己。

想像着自己没有愤怒，没有不安，没有不满，内心和风景完全一体化，并且自由自在地放松自己。

接着便感觉到自己进入自己的右脑。

只要每天在睡前进行一次，慢慢的就会发现自己改变





了，也就是从负面的印象变为正面的印象。

每天反复地进行非常重要，而且不久之后，就会觉得自己的内心很轻松，即使对于孩子也能以放松的心情来对待。

八、与其塞入知识，倒不如培育他的创造性、感性以及灵感

与其想塞给孩子一大堆的知识，倒不如培育他的创造性、感性、灵感比较重要。

塞入知识是属于受信型的教育，是在培育左脑。

而创造性、感性、灵感则是属于右脑的领域，因此，右脑教育非常重要。

右脑是在孩子内心放松的状况之下启开。

大家都知道，边骂孩子，边塞给他一堆知识是极错误的育儿方法，而这是属于左脑教育。

当孩子的内心启开、快乐学习时，同时也在进行着右脑教育。而进入右脑之后，就会培育创造性、感性与灵感。

因此，下工夫将学习变成一件很快乐的事情是很重要的。

学习不要只限于书本上学习，因为对孩子来说，书本上学习是不快乐的，只是单纯的学习知识，也是左脑型的学习。

右脑型的学习是用手的学习，是用印象的学习。

例如，在教孩子加法的时候，如果是左脑型，就只会教他书本上的计算。但如果是属于右脑型，就可以使用黏





土。让孩子用黏土捏 30 个大小相同的圆黏土饼。

准备好之后：

教他 $8+5$ ，让他把 8 个黏土饼和 5 个黏土饼合在一起的作业。

将 5 个黏土饼中的 2 个和 8 个黏土饼混在一起，就会变成 10 个黏土饼，而 10 个黏土饼全部合在一起，便成为一个大黏土饼。

将这个大黏土饼放在纸上 10 位数的地方，则个位数剩下 3 个小黏土饼。

如此一来，答案就出来了，10 位数是 1，个位数是 3。让孩子多用手，让他活用这样的印象来学习，就可以启发孩子的学习欲望。况且，这样的学习非常有趣，可以让孩子喜欢学习。

$17+8$ 也是以同样的方式教他。

不论是加法或是减法，都可以用玩黏土饼的方式来学习。

让他有清楚的印象之后，在学习数学时就不会觉得那么既辛苦，又枯燥无味了。

孩子会说：“玩黏土来算加法，我很喜欢，我最喜欢算算术了。”

与其说是学习快乐，倒不如说是他玩黏土觉得很快乐。然而，这才是右脑学习法。

书本作业也要像这样，让孩子在游戏当中学习，绝对不要单纯地只让他进行书面作业而已。





九、游戏非常重要

孩子很喜欢游戏，游戏对他而言，是非常快乐的事情。

孩子可以通过游戏学习到很多事情，如果在孩提时代忽略了游戏，只是让他以学习的形式来记住各种知识，就是错误的方法。

请给孩子他个人的游戏时间，以及与朋友的游戏时间，这样孩子便能在游戏当中培育出着眼力、应用力、想像力、创造力以及企划力等等。

如果孩子不懂得游戏，就会欠缺这些能力。

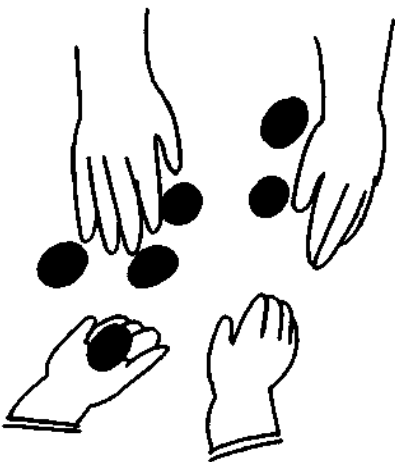
如果双亲剥夺了孩子的时间，仅单纯地用

双亲的语言来和孩子互动，那就糟糕了。

即使孩子是在双亲非常热衷教育的状况下教育出来，也没有比自由自在玩耍所教育出的孩子来得优秀，这是因为双亲流于左脑教育，而不知右脑教育的缘故。

让孩子自由自在地玩耍，才能够开启孩子的右脑，才能够培育出孩子优良的素质。

知识并非不好，因为要使右脑发达，知识是非常必要





的。

问题便在于是属于左脑型的被迫学习形态，还是右脑型的快乐学习形态，因为右脑型的学习才能培育出孩子优良的素质。

至于右脑型的学习特征，则是在愉快的气氛当中轻松地学习。

孩子是否能愉快地学习(游戏)，会造成完全不同的结果。

十、孩子的头脑中隐藏着潜在能力

在孩子的头脑当中，隐藏着家长所无法了解的沟通手段，而孩子的头脑中本来就蕴涵着各式各样沟通手段的途径。

换句话说，孩子未来的幸福、将来的成功，一切都和是否能够好好利用这项功能有关。教育只有在能够活用孩子潜在意识的情况下，才能够展现成果。

孩子的头脑在等待开发，孩子的潜力是无限的，而现在在可以说是要求头脑使用方法革命的时代。

至于以前的想法则已经没有办法开发孩子的头脑了。

今后的学习，是要开发人们不常使用的右脑的回路(沟通管道)。

愈是开发右脑，就愈能培养丰富的创造性、感性，以及灵感。

栗山天心老师曾在他所著的《奇迹的一分钟冥想法》一书中提到，已经有几万名学生证实了令人惊异的记忆力、





集中力提高法，而其问题就在于如何在课程中具体地引出潜在能力(右脑能力)。这是因为头脑开发最重要的潜在因素，就是潜在意识。

十一、如何活用潜在意识

在潜在意识的活用当中，利用暗示是最有效的方法，而在教育当中最有效的方法也是暗示。

暗示是在潜在意识当中发挥作用，而在现代教育法当中，可以说最欠缺的就是这种暗示的活用。

暗示才可以增强集中力、注意力，才可以使头脑的作用顺利。

不要只是一味地要孩子读书，而将一大堆的知识塞入孩子的脑中。

所有人的头脑都蕴涵着无限的可能性，但是如何好好活用自己的头脑，却鲜为人知。

世界上的成功者都是因为能够了解自己头脑的系统，进而好好活用的人。

在此叙述诺贝尔奖得奖者广中平佑博士所说的话(原载于1976年1月1日《东京新闻》):

“我工作的过程就是3ation。所谓3ation就是aspiration(渴望)、inspiration(灵感)、perspiration(汗)。”详细说明广中博士的工作过程，就是“找一个向目标挑战的‘渴望’，接下来则不要焦急、发呆的思考。虽然即使在客厅休息的时候，也只是边发呆、边思考，但却是非常重要的期间。不管是思考什么都没有关系，就是一直思考，因为一旦着急





就没有办法成就大事。有时候是边哭就边睡着，有时候是想着数学，想着想着就睡着了。然后，有一天突然“灵感”就浮现了。接下来就只要投入“汗”这个能源以及时间，就能完成工作。”

很明显的，广中博士学会并且活用了头脑的潜在能力（右脑能力）。

灵感是从右脑产生的。

十二、母亲在不了解的状况下使用了不好的暗示

与其塞入知识（强化左脑的作用），还不如重视引发右脑能力的教育方法，而暗示就是最有效的教育方法。

事实上，母亲每天在不知不觉当中就会对孩子进行各种的暗示，但大体上都是不好的暗示，只会使右脑的回路封闭。

双亲在不知不觉中好像对孩子施行了催眠术，然而却又不是很高明的催眠术。

在催眠术的暗示当中，希望与命令是最要不得的。当对方呈现催眠状态时，即使给他“来，请把手张开”的暗示，他的手也不会张开，这是因为无意识会反抗命令与希望。

“来，手张开呀！”这样说手就张开了。即使对他说：“把手握住！”他也不会握住。但是如果给他“来，请将手握起来。”的暗示，他的手就会握住了。

在对孩子说话时，不可以不了解这个诀窍。





当母亲对孩子说：“走吧！去读书吧！”孩子会说：“不要！”因为这是母亲希望的言语。

母亲最好对他说：“来，读书的时间到了。”

十三、活用五分钟暗示法

前面已经提过好几次五分钟暗示法，也就是在孩子入睡后的30分钟，当潜在意识仍然活动旺盛时，如果给与孩子好的暗示，就可以改变孩子。

在育儿方面一定要好好活用五分钟暗示法。在暗示当中，可以对他说“读书很愉快，你最喜欢看卡片了，卡片在你的头脑中运作，卡片的内容都跑出来了”等等的话。结果很多会员都表示，真的就像这样实现了。

五分钟暗示法由以下三部分构成：

- (1) 暗示孩子好好睡觉，让他安定，不要神经质。
- (2) 要告诉孩子，爸爸妈妈都是发自内心爱他，因为被所有人爱的孩子，他的内心会柔软、光明、开放，而且也能开启右脑。
- (3) 内心总是非常沉着、稳定，而且右脑开启，不管什么事情都能够不断地流入头脑中，都能够记得住。暗示在头脑里面不断地引发出优秀的能力，这便是引发出孩子潜在能力的暗示。

对于有问题的孩子，只要进行这三部分的暗示即可。

—— 五分钟的模范暗示 ——

“小宝，好好的睡吧！全身好舒畅，沉沉的睡去吧！”





睡觉好舒服呀!一直睡到天亮!睡得很沉、睡得很香,明天早上起来精神就会很好。

小宝是最乖的孩子,小宝了解妈妈在说什么。小宝是活泼聪明的孩子,妈妈最喜欢小宝了。爸爸也最喜欢小宝,大家都最喜欢小宝。

小宝活泼、诚实、乖巧,爸爸妈妈和大家都最喜欢小宝。

小宝是乖巧的好孩子,最听妈妈的话。

小宝非常活泼,大家都非常爱小宝,所以小宝的内心非常沉着。小宝也非常喜欢读书,而且很聪明。

小宝的内心稳定、头脑好,所以读什么都能全部记住。

小宝每天都看图画卡,而且都能完全记住。

小宝也最喜欢看图画书,能够完全将里面的内容记在脑中,而且能在头脑里面自由地活动,头脑忙着找出答案。

小宝现在已经睡着了,但是头脑却还没有睡着,所以能够完全记住妈妈的话。

小宝在睡觉中所学到的事情,都能完全记在脑中,而且等到白天醒来之后,所记住的东西就会完全呈现在眼前。”

“现在妈妈开始读图画书给你听,你要边听边睡觉。要一直睡、一直睡,睡到明天早上。等到明天早上一觉醒来,就觉得心情非常好。要开始读图画书喽!”

这只是一个例子,可以配合自己孩子的状况而想出更





好的暗示法。

并不是希望或者命令，只是依照事实说出来，这是非常重要的一点。

十四、21 世纪是启开孩子右脑的时代

我在《会报》当中曾提到有关 0 岁教育孩子的 ESP(超能力)，认为孩子能够表现出非常优秀的 ESP 能力。而该如何培育这个能力呢？有许多家长都曾写信来询问。

在此回答大家的问题。

来信的内容是：

- (1) 还没有看到爸爸的身影，就知道爸爸回来了。
- (2) 能够猜得出爸爸现在在哪儿？在做什么？
- (3) 也能够找到妈妈。
- (4) 能够猜出妈妈现在心里在想什么。
- (5) 妈妈背在身后的卡片，还没有看就先猜中了。

——诸如此类。

教室里的教师每次都会进行 ESP 的游戏，在玩到扑克牌的神经衰弱游戏时，有的孩子能够百分之百猜中，连教室的老师也都吓了一跳。

培育这种能力具有什么意义呢？

以前的教育都将重点集中在培育左脑的机能方面。

但 21 世纪就不同了，必须能够自由发挥右脑能力，也就是物质操作、透视、超能力等现在视为奇迹的能力，可以说是迈向进化之后人类的时代。

而且，人类整个都要进入和以往不同的深远的精神世





界。

拥有崭新能力的人，在精神方面都能够表现出超强的能力。

“从今以后，胎儿是在进化的状态之下出生，而生孩子的体位也变成站立分娩、坐姿分娩及在水中分娩等等。借助于这样更自然的分娩，可以使孩子的精神状态非常安定，并具有适应力，头脑清晰，还可以培育出具有洞察力的孩子。”

“从1989年左右开始，因为胎教的关系，出现了很多优秀的孩子。而且，陆续出现才十二三岁，就已经表现出比现在大人们更具优秀才能的孩子。”

21世纪可以说是开发孩子右脑的时代。

十五、新的意识创造新的人类

在这之前，不管是双亲、老师，或是孩子，都没有注意到与生俱来的超强能力。即使注意到，也只是将这种能力放任不管，或者抱着强烈的否定态度，因此，便使得这项能力退化，以至于到了枯竭的地步。

随着时代的演进，21世纪已经进入将这些能力全部表现出来的时代。

现在我们就正进入这个时代。

因此，现在到书店都可以发现，有关精神方面的书是琳琅满目，这是因为21世纪是精神世界的时代，所以有这种现象也是理所当然的。

为什么会有这样的进化呢？

产生进化有以下两个条件：





(1) 自然生态环境的消失。

(2) 面对飞跃性的高度知识，只有不断地往前突破，往前冲。

随着自然所引起的大变化，处在这个时代里的整个宇宙，以及人类也要跟着进化。

现在人类进化了，但如果不拯救地球，地球就会这样毁灭。

我们的下一代正肩负着这样的历史使命。

十六、如何培育这些新时代的孩子呢？

现在出生的孩子是属于新时代的孩子，他们肩负着古时候的我们所没有肩负的使命以及能力，因此，在培育他们的同时，一定要怀有敬畏的念头。

千万不要像以前一样，好像被战争追逐着，而在这种气氛下培育孩子。

究竟该如何开发孩子的右脑能力呢？

而这样开发的右脑能力又与什么有关系呢？

在我们的脑部以及腺组织当中，有着我们不了解的机能，而这种机能则能与高昂的意识状态相结合。

意识就是最重要的问题。意识可以改变一个人，可以控制肉体，可以治疗疾病。

借助于意识可以将体内的毒素排出。

右脑已经开启的人，可以很自由地使用自己的意识，甚至可以使用右脑能力透视身体内的病灶。

也许这就好像超能力一样，但的确如此，新时代的人





们就是这样使用精神能力。

现在正是移往新时代的移动期，而且也是古代的我们容易学会这种右脑能力的时代，例如，手的力量。

右脑能力是从直觉以及灵感所产生的，而且能够与学术性的发明与发现相结合。

右脑的意识控制，对于提高学习成绩，以及运动成绩很有效果。

而且，右脑开发能够改变一个人的素质。

那么，该以什么样的阶段来进行孩子的右脑开发呢？非常简单，只要认同孩子与生俱来的右脑能力，并且一天和他玩五分钟，借以引发他的右脑能力即可。

十七、ESP 游戏

首先，我们必须认同孩子右脑中 ESP 的作用。

ESP 分为以下五项：

- (1) 超能力
- (2) 透视力
- (3) 触知力
- (4) 预测力
- (5) 念力

以下便从(1)超能力开始说明。

超能力在人还是胎儿时是最强的。卵子在受精形成胎儿的同时，就有生物体能源进入，而且心跳开始作用。

这种心的作用就是超能力。所谓超能力，就是解读人内心的作用，而且不只仅限于人，也可以解读植物以及动





物的心。

因为有心，所以就能和同样有心者进行超能力的沟通。

可以借助 ESP 的游戏来促进孩子的超能力。

超能力游戏

1. 动物卡片游戏

母亲准备了无尾熊、长颈鹿、大象、熊、鹿等五张卡片为一组，准备两组。

将五张卡片的正面朝上、摆在孩子的前面，而母亲面前所摆的五张卡片则正面朝下。

母亲拿起其中的一张卡片，并且一直盯着这张卡片的图画看，将图案烙印在脑中，然后对孩子说：

“从你的卡片中挑出和妈妈手上拿的这张一样的卡片。”

连试五次。一开始只要五次当中有一次猜对就很好了，不过也有五次都猜对的情形。

2. 在头脑中猜谜的游戏

母子俩相对而坐，让孩子猜猜看现在母亲头脑中的影像是什么。

让孩子猜出形状、颜色、动物，或者是交通工具等等。

透视力游戏

1. 猜卡片游戏

将五张卡片或者是扑克牌盖住，并排在孩子的前面，让孩子从这五张卡片中猜出一张母亲所指示的卡片。

2. 猜盒中物品的游戏

将红、蓝、黄、白、黑五个球其中的一个丢入盒中，不





要让孩子触摸，就从外面来培养透视力。

3. 扑克牌的神经衰弱游戏

将扑克牌盖住，当翻开相同数目的两张扑克牌时，就可以将牌取走的神经衰弱游戏。

4. 蒙住眼睛游戏

如果能够百分之百猜中一和二的游戏，就可以进行蒙住眼睛的游戏。

蒙住眼睛不要用手碰，猜猜放在眼前的是什么物品。蒙住眼睛，猜猜放在眼前的是日本的、中国的、还是美国的地图？

触知力游戏

1. 猜球的颜色

在密闭的盒子中放球，并在旁边挖一个只有手可以伸进去的圆洞。

在盒子中摆入红、蓝、黄等五个颜色的球。

让孩子伸手进去抓球，并让孩子在取出之前，先猜猜看拿到的是什么颜色的球。

一开始只要猜中一次就很好了。

每天持续地进行五分钟，到最后孩子就能百发百中。此外，在猜颜色时，必须要让孩子的内心非常稳定，凭着直觉来猜。

2. 猜卡片游戏

在孩子面前放十张扑克牌，让他一张一张触摸，并猜出其颜色。

将动物卡盖住，让孩子猜。





3. 猜写在纸上的文字

在3厘米见方的纸上写一个字，然后将其揉搓，再交给孩子。

将揉成一团的纸放在耳边，猜猜看里面写的是什么字，或者是夹在腋下也可以。

预测游戏

1. 猜天气游戏

猜猜明天的天气如何。

2. 猜卡片游戏

让他猜明天五张卡片的排列顺序，在今天先写下来。隔天将五张卡片盖住并排好，然后再一张一张翻开，看看和他昨天所写的顺序是否吻合。

念力游戏

1. 烟的游戏

将干冰放在玻璃瓶中，等到玻璃瓶中充满烟之后，就盖上瓶盖，让孩子拼命地摇动玻璃瓶中的烟。

2. 使针转动的游戏

在盘子中装水，放入一只小的木棉针，借助念力使针移动。





3. 对植物发出声音

在屋子里放两个盘子，在盘子上铺上棉花，然后用水将棉花浸湿。接着将绿豆放在棉花上，每天观察它发芽的样子。

每天对其中一盘豆子发出鼓励的声音，但是却对另一盘豆子严加责骂。

每天进行五分钟这个简单的游戏。

对大部分的母亲都不认为这样的训练有什么重要，只重视将知识塞入孩子的脑中。她们认为，自己才是正统派，而像这样开发孩子的右脑能力，只是旁门左道而已。

事实上并非如此。在人的生命机构当中有新的高度机能，而我们正等待着大家的觉醒，正等待着开花结果的进化。

因此，一定要正视自己所拥有的右脑能力，因为右脑能力才是真正人类进化的关键。

如果从幼儿期就开始开发右脑能力，则他的发展将是无止境的。开发右脑会和宇宙意识相结合，而宇宙意识就是睿智的泉源，可以从中汲取到各种的睿智。

灵感、直觉、创造性、丰富的感性等等，一切都是右脑的能力。启开孩子的右脑能力，就好像是启开了通向睿智的通道一样。

爱因斯坦的话

“理论之道或者是道理没有办法到达自然的法则之道，只有凭着直觉、灵感，才能到达自然法则。”





十八、弱智儿的右脑能力超群

对于严重的弱智儿，在此也有非常有效的教育方法，即右脑教育法。

事实上，虽然与普通的孩子相比，他们的智力低下、意志薄弱，但是，他们的右脑能力都相当高，这是经过研究调查所得出的结论。

例如，美国著名的女性心理学者埃尔瓦兹·雪尔兹，就曾针对75名精神障碍儿进行研究，而得出这个结论。雪尔兹将这75人分为三组，A组是头脑受伤的孩子，IQ(intelligence quotient智力商数，简称智商，心理学家进行智力测验的术语)从30到63(平均45)；B组则是落后症的孩子，IQ从21到71(平均40)；C组则是原因不明的弱智儿，IQ从32到73(平均46)。至于孩子的年龄则是从7岁到21岁。

雪尔兹根据研究的结果说：

“具有严重弱智的孩子，他们的超能力超乎一般人的想像，而且事实也证明，他们的透视能力超过平均值以上。只要长期观察这类孩子，一定能够发现这个现象。

与普通的孩子比起来，这些孩子不论是在言语或是行动方面，都非常的原始化，甚至比一般的孩子落后好几倍，因此，在日常生活方面往往会造成家长的负担。然而，他们所表现出来的超能力，却比一般的孩子多好几倍。

这些孩子冲动，容易将感情显现于外，但在另一方面，他们也有毫不在乎、放松的一面，也有受人欢迎的一面。而在语言方面，则与幼儿没有两样。





他们的超能力之优秀，可以与语言指导老师之间产生非常高的协调性。与其说是孩子们自己本身得到知识，倒不如说是向老师们借知识。”

十九、右脑能力是超能力

右脑能力的本来姿态就是超能力。一般而言，右脑能力就是指感性、直觉、灵感等等能力，一言以蔽之，就是超能力。

说穿了，右脑能力就是① ESP能力。② 直觉像。③ 电脑能力。因此，如果想要启开孩子的右脑能力，首先就得启开这三项能力，而其中又以启开ESP能力最为重要。(ESP能力又可以细分为超能力、透视力、预测能力、念力、触知力等等。)

无论如何，要启开孩子的右脑能力，都要从孩子的超能力着手进行。

孩子，尤其是胎儿在母亲体内时，会以超能力来解读母亲的内心，这是没有人能否定的事实。

在入学以前的孩子，还具有这种能力，他们都能够解读母亲的内心。超能力是不需要教导就与生俱来的能力。以下是心理学家雪尔兹所说的话：

“被世人视为精神薄弱儿的孩子，事实上与正常健康的孩子相比，其超能力的程度高出许多，而且在透视力方面的平均值也比较高。

这是一项划时代的发现，这些孩子的能力比智商高的孩子还好。此外，如果真要分优劣，胜利的并不是健康正





常的孩子，而是弱智儿。”

不只是雪尔兹而已，美国的精神病理学家吉耶拉特·江波尔斯基博士也有相同的论点：

“对于不太会使用视觉、听觉等感觉事物的问题儿而言，只要提升他的ESP能力，他就能够有所表现。而被贴上精神分裂或者是自闭症标签的孩子，以及在学习上有困难的孩子，只要拥有精神的才能(ESP能力)，就能进行自我表现。”

这么说来，健康正常儿与弱智儿哪一方的表现比较优秀呢？如果光是判断他的智慧发育迟缓，那就错了。不是吗？

二十、对于弱智儿的教育应该重视右脑教育

因为我们对弱智儿进行左脑教育，所以这些孩子就被贴上弱智儿的标签，被视为精神上有障碍的孩子，并在学习上看起来好像才能不足。但是，这是由于错误的回路(只使得左脑回路进行作用的错误教育方法)所诱导出来的。

因为这种回路，使得弱智儿认为自己没有办法成功，所以，一开始他就对成功失去信心，一开始就自认为不会成功。

接着再看达那乌斯博士的研究。博士针对十位7岁到16岁的弱智儿，进行长达三年的仔细研究及观察，结果完全一样。他们的左脑比正常健康的孩子还低下，而右脑却比正常健康的孩子还高。

达那乌斯博士针对这一点，指出应该重视他们的右脑教育，借助启发他们的能力，使得所有的孩子都能进入普





通的学校就读。

因此博士便请护士以及专门的医师来教这些孩子，并不采取一般的学习形式，而是借助使用他们与生俱来的精神方面的才能，来触及他们问题的核心，然后加以改善。

1978年，达那乌斯博士在南缅因州立大学演讲中发表这个结果的时候，获得了世人的认同。

达那乌斯博士说：

“我与被称为弱智儿的十个孩子一起生活了三年，这不是一份简单的工作，但从中获得的喜悦却非常大。

最初的发现，就是我发觉他们绝对不是弱智儿。他们的脑部没有任何的损伤，只是在做事情时行动非常缓慢，而且在转动时显示出困难的样子。

虽然不说话让人觉得不可思议，但是他们周围的情况仍然都潜在于他们本身当中，而在十人当中有一人完全不说话。

当初也有完全没有办法学习、症状非常严重的孩子，让他们背负着种种的障碍背景。

我发觉他们的知觉力与知觉有很明显的差异。知觉力可以转换为人头脑的创造力，这对所有的孩子来说，都是一样的，没有必要特别加以学习。

这是每个人都具有的自然能力，但是知觉就不同了。孩子一定要经过学习才能够学到知觉，而所谓知觉，就是人以及包围在人周围所有自然的森罗万象溶为一体，知觉一定要从这里开始学习。

弱智儿并不是将所有的东西一项一项分开来看，而是整体来看(用右脑的直觉作用来看事物)，而这种状态便称为





‘oneness of singles’。因此，在他们看物体时，非得要教他们该如何直觉不可。

他们会将事物集合成一项来看待，因此不要教他一次就看完，应该分割为一次、二次、三次，一点一点分开来教他。此外，他们没有办法使知觉力变化为知觉。”

总之，弱智儿擅长使用右脑，不擅长使用左脑，而健康正常的孩子则正好相反。

正因为弱智儿的右脑得到了充分的启开，自然就比较不擅长使用较为费事的左脑，而健康正常的孩子则正好相反。

由此可知，我们必须使弱智儿的右脑充分启开，再启开他比较麻烦的左脑，使得右脑与左脑连结在一起，才是最好的状态。

二十一、雪尔兹的弱智儿研究会

在本章学习雪尔兹有关弱智儿的研究方法。

雪尔兹的研究方法，是以语言指导老师、护士及心理学者三人为一组，来对弱智儿进行各项研究。

语言指导老师会进行各式各样的测验，护士则专门制作测验用的教材(特殊的卡片等等)，或者是制作成绩表，而心理学者则组织计划，并与另外二人商量、给予指示，然后分析结果。

测验的方法是使用ESP卡，但由于对抽象性的卡片反应不好，因此使用像马、狗、猫、羊、鸡等图画的卡片。

让孩子看这五种动物，并让他说出什么动物画在那张





卡片上。

接着进行测验。

首先是心电感应测验。其进行方法如下：

“老师和大家一样有五张卡片，老师从其中抽出一张卡片，并将其图案映入脑中。请大家想像映入老师脑中的是什么动物呢？请大家说说看。”

结果证明，比起接受相同测验的普通孩子们，他们的心电感应能力较高。

然后再进行透视力的测验。

先在孩子面前盖住五张动物卡片，不让孩子翻开卡片，猜猜看哪一张卡片描绘的是哪一种动物。

“知道吗？因为连老师都不知道，所以请大家自己思考，这到底是什么？”

像这样请孩子记录答案。这项结果非常精确，且也显示弱智儿的右脑能力比较高。

这些测验都是针对七岁以上的孩子为对象所进行的，但若让0~6岁的孩子进行同样的测验，则弱智儿不管他的胜负如何，都证明他具有高度的右脑能力。

请各位家长了解，开启孩子右脑并进行ESP能力开发，是最重要的事情，请在家中自行操作。

以下是会员寄来的信：

——前几天我开始使用寄来的ESP卡片进行测验，而当我第二个孩子幸宏（3岁1个月）在进行一周后，他猜中的机率非常高，甚至有时全部都猜中了。

不知以后该如何指导孩子才好？而且，这个能力可以用





在什么地方呢？

一宮市 M.N

——前几天我看到他的腹部有一点一点的红色，我心中就在想，“是出水痘了吗？”结果悠之介马上就复诵了“水痘，水痘”没想到他竟然能准确无误地解读了我心中所想事情。事实上，他并没有学过这些字，而且这种情况也发生过好几次。

(3岁7个月的孩子)横滨市 C.T

二十二、启开ESP能力是启开右脑能力的关键

看到这儿，大家应该可以了解到，会员们利用启开ESP能力来开发孩子的右脑能力。因此，如果想要培养孩子利用一眼的印象就能有直觉像的能力、或者是想要开发他们的电脑计算能力，首先就应该开发孩子的ESP能力。

当孩子有了ESP能力之后，就能确认他也有理解能力。

精神能力以及透视力是所有超能力的出发点，启开这种能力之后，就能渐渐培养出直觉能力、精神能力、预测能力、触觉能力(用手可以了解资讯的能力)、念力(使物体移动的能力)等等超能力。





第十章 手——不可思议的力量





每人都有一双不可思议的手，也可以说，这个世界就是由这种不可思议的力量所掌握着。

必须学习如何培育孩子利用这种不可思议的力量。如此一来，孩子的性格就会变得很好，会变得很会说话，而且不会生病。

21 世纪可以说是崭新意识的时代。

所谓崭新意识的时代，就是认同宇宙能量与影子能量的时代，像手的力量就是属于影子能量。本章便记载着在新意识当中觉醒的母亲，如何培育出孩子的伟大守护力量。

一、手触法

在我手边有一本 1954 年出版的《手掌疗法》，作者是长野中学校长江口俊博先生。该出版社还成立了手掌疗法研究会。

这本书是叙述人的手掌可以治疗一切的疾病，释迦牟尼以及基督就是利用这股力量来为病人治病。以前的人也都是靠这股力量来为病人治病，与宗教一点关系也没有。

当老师了解到人的手掌具有这股力量时，便在每天从学校回家之后，开始为大约十个人治疗疾病。一个人治疗的时间大约 30~40 分钟，一年可以为大约 1000 人治疗疾病，都取得了非常好的疗效。

虽然为大家治疗，但是老师一点也不觉得疲倦。而且，愈是使用这股力量，这股力量就愈强，结果变成一个人大约只需治疗 10~20 分钟。

在这个成果的基础上，江口老师所成立的甲府手掌治





疗会因而开始普及。以甲府为中心，大约有 3000 名会员。老师了解，一个人可以治疗的人数有限，因此，他希望能将这股力量传授到每一个人身上，希望每一个人都能为周围的人治病。

学会了这个能力之后，只要手碰着婴儿，婴儿晚上就不会哭泣，皮肤病也好了。而且，如果在家庭中，母亲具有这种能力，就可以为家人治疗一些一般小病。

事实上，当我自己本身头痛、咳嗽、心情不好的时候，大概都是用这个方法治好我的疾病。

这是非常方便的方法，所以请每位母亲务必要学会，因为在家庭中对育儿是非常有用的。

人从出生就具备这股能力，这股力量在国外称为普拉那，也就是气的意思。

要开发这个力量并不困难，只要正坐、合掌、遮盖眼睛冥想 30 分钟就可以了。只要持续进行三次，就能立刻体会其中的诀窍。至于西方的医学则认为一次要进行 40 分钟，才能够了解其中的诀窍。

实际进行之后，才能够提升自己的能力。

要确定自己是不是有气发出来，首先将两手相向，间隔 10 厘米。当将这个间隔稍微拉开、缩短时，若会感觉到有一股电的吸力，就是有气出来的证据。

只要将手靠在身体有障碍的部分，就能够促进自然的治愈力，并且可以自己治疗疾病。

当要利用这个方法替孩子治疗疾病时，只要将手摆在他不舒服的地方即可。但是，有一点必须注意，就是大部分的疾病都和头有关系，所以首先不要忘记将手放在头部，





只要轻轻将手放在头上即可，而不要压它，揉它。同时口中念着“请让这个孩子好起来，请让这个孩子好起来。”

江口老师提到，必须要用右手进行，而不要左右手交替进行。而且，刚开始时请进行30~40分钟，当威力提高之后，只要进行10分钟就可见到效果了。

对于眼睛不好的孩子，若是轻微的近视，只要一天将手摆在眼睛上30分钟，并在进行二三次之后，就可以治愈了。

对于患鼻塞的孩子，可以将手摆在孩子的鼻子上，他的鼻涕会不断地流出来，便可自然痊愈了。

若是中耳炎，将手放在绷带上也没有关系，或者手稍微离开一点盖住也可以。

身体弱的孩子多半是心脏不好，因此，请将手放在心脏的部位，若隔着衣服也可以。

对于腹部不好的孩子，请将手放在肠的上面。

有气喘症状的孩子，可以将手放在胸部、肚脐、喉咙，以及鼻子的部位，全部治疗约需40分钟。

烫伤也可以利用手掌疗法，而且治疗完毕之后，能够不留痕迹(请涂一点油)。

轻微的冻伤只要一次就能够治疗痊愈。如果是夜晚会哭泣，请将手放在头部以及胸部。

晚上磨牙，请将手放在头部。

如果打鼾，请将手放在鼻子上。

如果是脊椎矫正，只要将手放在脊椎不正的地方，就可以自己治疗自己。这个情形没有办法一次就治愈，因此需要每天进行。





二、手——奇迹

在此还有一本书《手——奇迹》，副标题是“疾病一定能够痊愈”，作者是宫崎五郎，出版日期是1960年，目前市面上已经买不到此书了。

书中的第一段介绍了江口俊博所著的《手掌疗法》，而宫崎五郎则是江口老师的女婿。在江口老师去世之后，宫崎五郎先生就扩展手掌疗法的范围。

平冢雷鸟先生在这本书的序言中提到：

“正如先前所提到的，在三十七八年前，当时还是小学一年级的长男敦史（现在是工博、早大教授）得了肺门淋巴结炎，由于长期发烧，医师指示必须尽量安静、休息。但是为了不让他躺在病床上会感到无聊，因此我就和他说话，或者念书给他听，尽量在他的身旁陪伴他。

但是，他本人受不了一直躺在床上，因此有时候会起来玩玩具，或者是汽车、电车等等，还会画图，所以他又再度发烧了。虽然我和他妈妈已经十分小心，不让他发烧，但是他还是再度烧起来，令我非常悲伤，心想非得使他这个病早点好起来不可……我便下定决心。

这时，在我的内心深处不知不觉有了一种想法，就是用我的手去接触患部——肺。于是，我立刻静坐、合掌，然后将手放在孩子的胸前。

当然，我事先向孩子说明并让他了解，告诉他现在非常严重，一定要安静下来。不久之后，他便渐渐睡着了，而且睡得很沉、很香。那天傍晚，他的体温没有再超过37℃，





这是自他发病以来，不曾有过的现象，因此令我非常吃惊。

从此以后，只要孩子一有什么情况，我就用手接触患处，而且如果要催促孩子快点睡觉，我也用这个方法。

不只是胸部，连胃肠部分的疾病都可以治疗，甚至连38℃的发烧也可以立刻缓和下来，连医师都觉得不可思议。此外，拉肚子也可以在短期内治好。

依照这种方法进行治疗，不久之后，他就恢复了正常，而且食欲大振。因此，我便对自己的手掌产生了自信。我心里很明白，孩子不再发烧了，便很放心地让孩子开始上学，此后他没有再度发病，并且健康地长大成人。

事后我想想，在西方的健康法中，有触手疗法。也许是这份潜在意识的记忆与当时的我结合在一起吧！

就这样，将孩子长久以来的疾病治好的不是医师，事实上，正是我的手，至今我还确认这一点。”

三、手真的非常有效

宫崎五郎先生在自己书里所写的序言中，叙述了下面这一段话：

“日本人只要使用‘手’，医疗费用应该可以降低，只要1/10就够了。如果医师可以使用‘手’，应该就不会有误诊的情形产生。如果护士可以使用‘手’，则住院的患者应该会减少一半。如果病人使用‘手’，可能五年、十年都不用看医生。

如果助产士使用‘手’，就不会有胎位不正或难产的情况发生(中略)。





如果要使家中的低能儿合乎标准,应该也不会太困难,母亲的‘手’就可以使一家圆满。

只要有‘手’,即使是去偏僻的地方旅行,也可以安心前往。

能够使得家人个个舒畅,使得经济充裕,使得大家感情良好的方法,就是‘手’。

在一个家庭中,只要用一个人的手掌就可以进行治疗,这便是我30年来的愿望。”

希望各位都能了解,我(七田)在此写的事情都是事实。为什么呢?因为我经常在我肚子痛、头痛时,只要将手掌放在疼痛的地方10到20分钟,疼痛就会渐渐消除。

最近,我也经常从广岛搭3个小时的巴士到江津去做长途旅行,在这期间也许会有下痢或是腹痛的情形发生,但是我都能够安心地搭乘巴士。这是因为在巴士上只要将右手放在自己的腹部30分钟,强烈的腹痛就能缓解,而且在这3个小时的行程中,我都可以完全不用上厕所。

四、应该将手放在何处

最好将手放在疼痛的部位,但对于不会说话的孩子而言,则可将手放在他的头部。即使是盲肠炎,将手放在头部也有效。

当用手接触弱智儿的头部时,就可以感觉到非常强烈的声响。而当这种声响慢慢变弱,就代表慢慢地变好了。我在讲习会中曾指导会员们用手接触孩子的头部。

如果是严重的疾病,就必须耐心地用手接触一个钟头。





至于慢性疾病的情况则是每天进行30分钟，并且只要持续几个月，就可以将疾病治好。

再也没有比手更好的治疗工具了，请大家一定要相信自己的手。

五、“灵能诱发”当中的记事

山本在自己的第一个孩子还在妻子腹中时，他每天晚上睡觉之前都将自己的手放在妻子的腹部上，念着：“身体强健、头脑聪明、人格圆满，成为了了不起的孩子。”

结果长男的智商为140。他初中的毕业成绩所有的科目都得到五分，高中入学时也成为入学者代表而上台致词，最后非常顺利地进入医学院就读，现在是医学博士，开办了一家山本内科医院。

山本他自己说：“不知道这个方法这么灵验，在生次子时因为忙碌而没有进行用手触摸来对他说话，所以第二个孩子的精神就比较没有办法集中，而就成为一普通的孩子。”

山本先生通过这项实验发现了非常不错效果，之后也指导了很多的年轻人，也取得了相当不错的成果。

——手触的方法——

当孩子入睡后，便坐在孩子的右侧，摩擦双手直到发热为止。这时双手一下离开、一下接近，会感觉好像有股电磁力的感觉(一开始可能还无法感觉到，就这样用手触摸也可以)。





接着，将右手放在孩子额头上1~2厘米的地方，口中念着“这个孩子非常开朗、温柔、乖巧”、“这个孩子不会神经质、其个性非常稳健。”、“待人彬彬有礼，对人和蔼可亲，非常大方，会把东西借给别人。”、“不胆小，不论和谁都能相处愉快。”等等，并在内心描绘着孩子已经像这个样子的印象，再加以感谢：“非常的谢谢，孩子已经是个非常开朗、有自信的孩子了。”

必须要真的怀有感谢的心情，再用手去触摸孩子，则孩子很快就会改变了。

如果要真实地感受到从手放出的能源不断流过，就将手相向，而视线从左手手掌开始，一直沿手腕子、手、胸部、右手、右手掌、左手掌移动。而与此同时，便可以感觉到像电流一般的东西(能量的流动)在移动。

(前略)

——非常感谢老师的指导

我想赶快实施老师所教的手触法。

首先，我为了想成为“高手”，便每天练习在眼前双手合掌，并在手指头有啪啪的感觉时，视线就从手的左边移往右边。结果配合我的视线，这种触电感就会流通。而且，当我的手靠近我先生的手指时，他的手指也会感觉到触电。

每当就读小学一年级的孩子就寝之后，我也会用手触摸他30~40分钟。

这时，我会一边想着“好乖呀！真是乖巧的孩子！要好好读书，并和朋友相处得很愉快”，一边用手触摸他。

结果，他真的非常乖巧，而且与同学也相处得很好，因





此，我便一直坚持这项工作。

三个星期下来，原本欢蹦乱跳，静不下来的孩子，变得非常稳重。而最令我感到高兴的，就是他在语言上的改变。他甚至会很亲切地关心老师，或者是弟弟、妹妹、父亲和祖母等等。

我觉得这对我来说，就是最重要的事情，真的令我非常吃惊，因此非常感谢老师。

今后我还要持续这项工作，谢谢老师的指导！

岛根县 Y.S

——现在“手触”已经成为话题。

我因为阅读《会报》的关系，而开始进行手触的方法。一开始觉得有触电的感觉，有时会感到手指痛。

当我看见手指的地方出现类似白色的烟，我就会将两只手相对（总是大约距离1厘米左右），而且感觉到好像有弹力。

两手不要靠在一起，要留一点缝隙，并让其时大时小，则两手之间会感觉到好像有某种力量存在。

接着我将手放在孩子头上，祈祷“成为聪明、乖巧、有朝气的孩子，最喜欢看卡片……”结果不到一个月的时间，现在我的第二个孩子（现年2岁3个月）已经能够自己拿出卡片，并对妈妈说：“妈妈，我要读这个。”

一开始我真的难以置信，心想，是不是他临时才有这个举动，没想到隔天他又说相同的话。以前他最讨厌读卡片了，我看到他现在的样子，真的和以前判若两人。

就连长男也会自己说：“我想读卡片。”我对他进行手





触才过不久而已，我一定要更加努力，并坚持下去。

(3岁8个月的孩子)京都市M.I

——感谢老师每个月的教导

这个月对于身为母亲的我来说，是个非常有意义、怎么也忘不了的月份。

首先，就是因为孩子的语言发育迟缓，使得我非常热衷于语言的课程，因而接触到手触法(在脑海里面有印象，就是孩子能够自由自在地说话)。由于有经验的人都鼓励我一定要进行这个方法，所以我便想试试看。

以前我根本不相信手触的方法，但是试过之后，才发觉原来是这么的有效，真的就像朋友所说的一样。本来持续不到五分钟的手触法，现在已经能够持续30分钟了，而且一点也不觉得辛苦。

没有想到从隔天开始，他就能够说话了，甚至在他的言谈当中加入了以前没有使用过的助词，而且也会说一句很长的话，真是令我非常吃惊。

他会说：“妈妈，我想读卡片。”而且在精神方面，他也显得成熟、懂事了，就像只要我稍微动怒了，他就会问我：“妈妈生气了吗？”、“怎么了呢？”

至于对待弟弟的方式也改变了，他会牵着弟弟的手，陪他走路，也会陪弟弟一起玩，对他非常亲切。

我深切地感觉到，母亲要对自己的孩子有信心，而且这种内心的作用是多么重要呀！

以前都只是一直认为，他为什么不进步？就这样一直处于焦急的状态中。我想，也许是手触法可以使母亲的精神





安定(心无旁骛, 比喻精神集中)。

在进行手触法时, 脑海里可以印象着他从出生到现在的样子, 或者是想像他长大以后的样子。另外, 也可以在脑海中想像他和朋友一起快乐玩的样子, 并不需要一直想像着他发出语言的样子……

(3岁3个月的孩子)大阪府 K.O

——非常感谢老师的指导

孩子最近的状态非常好, 他有说有笑, 脸上总是非常温和的样子。然而, 从他出生半年以来, 几乎都是面无表情的。

当我到卫生所去做心理发育的测验时, 所里的护士告诉我, 这两个月来他有很大进步, 我和我丈夫都非常高兴。医生也说, 这是因为我们全家人和他一起玩的原因。

这个月, 我们也参加运动会以及出去远足等等活动, 而即使有的日子没有安排活动, 但是我们也会经常和朋友出去走走, 我想这样做对孩子比较好。

我每晚都进行老师所指导的手触法, 而进行的时间大约是30分钟。有时候时间比较短, 但是心中所印象的事情也有一些是在鼓励我自己。

专注于孩子的治疗, 就是我现在生活的价值。看到孩子的状态一天比一天良好, 我真的非常高兴。

(7个月弱智儿)吹田市 S.M

——非常感谢老师的指导

参加去年5月19日的“见证会”, 真的是让我获益良多。





佳奈因为感冒并发肺炎，后来又因为并发症引发中耳炎，现在仍需定期去医院治疗。

患肺炎时，她咳嗽以及流鼻涕都非常严重，晚上也没有办法入睡，一直哭泣，就这样持续了几天。因为食物没有办法通过喉咙，使得她食欲不振，而且只能食用少量的苹果汁，这时，我便对她进行手触疗法。

我在脑海当中描绘了孩子起床出去玩，而且吃很多很多东西，精力非常充沛。没想到才进行了5~10分钟，就的确像我想像的那样，真的是令我非常吃惊，而我内心的感谢真的是笔墨所无法形容的。

(2岁11个月的唐氏综合征)高石市M.K

——就在上个星期，我一直头痛，不管吃什么药都没有用。这时，我从《会报》上得知了“手”的疗法，于是，我使用自己的手进行五分钟治疗，果真痊愈了，而且之后也不再痛了。

后来长男腹痛时，我将手放在他的腹部上，然后他便在昏昏沉沉中睡着了。我丈夫脚疲劳的时候，我也依照手触的方法来对他进行治疗，真的是非常有用的方法，真的很谢谢老师！

(1岁5个月的孩子)福县M.S

——手触法是我在6月14日参加宇宙能源的演讲会上听到的。由于这个方法强调，即使是心脏疾病，也可以不动手术就痊愈，因此，我非常有兴趣。

闭上眼睛将意识集中在手掌上，感觉到手掌变热了，





热空气团好像在手掌里翻来覆去。

前几天，我丈夫因为患牙周病，左脸颊肿了起来。于是，我便利用手的力量给他治疗，没有想到隔天他肿胀的现象很明显地消失了，这时我才发觉手的力量真的是太伟大了。

每天晚上我都将手放在春香的心脏上面，并且想像着她的心脏病已经治愈，而我非常感谢的状况。

接着我会将手放在头部，并不是感谢人的智慧，而是感谢神给予我们智慧，让我培养出头脑聪明的孩子。并且想像春香成长的样子，一切都进行得非常顺利。

我想一定是因为这个原因。前几天我带春香到医院去接受医师检查时，结果医师说她心脏的情况已经好转了很多，如果一个月后再到医院去照超声波，情况还是这么好，就可以停止用药了。我听了实在是太高兴了。

高兴之余，我不禁向上天感谢，“天父呀！这都是您的成全，我由衷地感谢您！”说着说着，眼泪不知不觉流了下来。而在我内心深处好像听见“一定可以治好的，不要灰心！一定可以治好的”的声音，我真实地感受到上帝与我同在。

(8个月的唐氏综合征)东津轻郡 M.S

——我有两个孩子一方和一己。当我在住院期间，一己也因为感冒而住院。出院之后，因为必须定期到医院接受复查，所以他经常向托儿所请假，而且当身体不舒服时，我觉得还是不要上学，在家休息比较好。但是，因为他在家时总是哭哭闹闹的，因此让我感到非常烦人。

前几天，托儿所的老师也对我说：“还是暂时不要让他





上学吧!”

就在那个时候，我重读了一次去年的《0岁新闻》。当时我心想，是不是该试试手触法呢?于是我就进行了几天。

不知道是不是这个方法有效，还是因为我的心情安定了，也不太生气了，结果有4~5天我们都顺利地度过，孩子好像变得非常懂事，连老师也吓了一跳。

此外，我在他就寝后，一边进行手触法，一边也让他听英语录音带。但是昨天晚上要睡觉时，我若无其事地问他：“我放一盒录音带给肚子里的小宝宝听好不好?”没想到我的孩子却说：“要给肚子里的小宝宝听呀!我知道呀!因为我每天晚上都在听呀!我睡着的时候都会听到呀!”这令我大吃一惊。不由得重复他的话：“那我知道呀!”

我不得不重新认识老师所说的，在睡着之后还有几分钟的记忆存在(睡觉之后头脑还在作用)。

真的就像0岁教育的书上所写的一样。当我阅读过文章之后，便再仔细地重新思考一次，因为我一定要以崭新的面貌来面对我的孩子。

我现在非常快乐地培育我的孩子，而且我的心情也非常好。

(4岁6个月、2岁3个月的孩子)小松市H.S

(前略)

向老师请教了一些母亲的事情，非常的抱歉。

因为母亲很讨厌超科学的事情，所以没有办法做手触的工作，只能等到母亲睡觉之后，才悄悄地到她身边做了几次，结果比我想像得还早就康复了。





七月的时候她还不能自己翻身，但是到了八月中旬左右，她的病情已经一天比一天好。等到了九月时，她甚至能够一个人搭电车去参加同学会。她所吃的药都没有改变，因此这种转变真的让人觉得不可思议。

就像我家的小番茄原是最不成熟的，但是当我双手合掌，希望它们赶快长大时，没想到过了一星期，就发现它们长得好大哟！竟然在一星期内长了12厘米。

这种超能力的效果真的非常惊人！从此以后，当我每天晚上就寝之前，都会举起双手，祈祷在远方的母亲平安无事。因为我觉得连植物、动物都会有感情，所以拥有精神能力的至亲母子间应该更是如此。

就连我自己发高烧到 39°C 时，也因为使用手触的方法而使体温恢复正常。真的是非常感谢佑马也学我的样子进行手触，而这种方法如果不是经过亲身体验的人，是绝对不会相信的。

新彦市 M.K

——总是受老师的指导，非常谢谢！

对于八、九月所刊载的《手》的力量，我希望能快点向它挑战。

事实上，在分娩之后，我的双脚疼痛。即使过了五个月，疼痛依然不减，于是我便端坐，双手相向且稍微离开，并反复进行离开、接近的动作，让空气烘烘地流过。

之后将右手放在左脚上面，结果脚痛竟然治愈了，真是非常感谢！

吹田市 K.T





——这一个月来他所说的话好多呀！妈妈、爸爸、爷爷、奶奶、好痛、想吃、肚子饿、玩等等。

之后，看图画书也是一样，他常常会用手指着图画。当我说到什么时，有1/3以上他都可以用手指出来。

此外，他也会一直聆听大人所说的话。因为当我在进行手触法时，会说：“要仔细听爸爸妈妈说的话。”当我第一次对他说的隔天，他就好像变得懂事许多，真是不可思议。

在饮食方面，他一向都不使用刀叉，而是用手抓着吃（如果不让他用手抓，他就会生气）。

现在，他已经能够自己拿杯子拿得很好了，所以我想他一定能够一点一滴地进步，只要在我进行手触法时想像我理想中的状态就可以了。

（1岁7个月的孩子）德岛县T.I

——谢谢七田老师的指导，我现在接受到宇宙的威力，身体变得非常好。因此，非常感谢老师！

以前好像每个月都感冒，我时常带他到小儿科去请医师诊断，并且吃药。而现在已经有四个月没有感冒、吃药了。现在顶多是打打喷嚏，但是已经没有出现发烧、咳嗽的情况，食欲也变得很好，我常常带他到外面去散步。10月10日在大阪举行的见证会，内容非常丰富，我想我以后一定要经常到会场去。

对于砂生老师所说的，身体动转不灵的女孩子脸上所出现的表情这个情节，我听了非常感动。





当我在新宿接受威力的那一天，我看到坐在旁边的一位孩子，他脸部的表情非常优雅。这时，我就对母亲说：“他如果从现在开始看卡片，一定很好。”但是母亲回答我：“他的眼睛看不见。”天呀！真的是这样吗？他的脸看起来那么的“普通”，眼睛也非常美丽呀！写到这里，我的眼泪真的快要掉下来了，我不得不对自己的存在感到感谢。因此，我由衷地敬佩砂生老师、神崎哲老师，以及各位老师的人格。

不只是接受到威力而已，在电话当中也接受了许多育儿方面的建议。因此，我的家庭好像又多了一条线。

青森的S·M经常出现在《会报》上，而且可以直接打电话向砂生老师请教。我想我一定会得到最佳的育儿知识，况且还不断有人在背后鼓励我。

我必须要有坚强的意志，而且要比照顾普通的孩子多花一倍的心力来照顾我的孩子。因此，我一定要每天不断地努力。

七田老师，非常谢谢您的指导！

(3岁的唐氏综合征)大宫市H.M

威力的效果

和其他障碍儿一样，当他接受净灵之后，突然发烧，而且舌头尖端出现红肿。此外，脖子也出现湿疹。隔天连脖子后面都出现湿疹，让我非常吃惊。

在这之后，虽然他并不能自己一下子就站起来，但是如果把他放到沙发旁边，他会借助于手和腹部的力量支撑自己的身体，而站起来一半左右。

当坐着的时候，也像前面所说的一样，可以坐得非常





稳。看到有了这些好效果，连砂生老师也称赞我。此外，即使是冷一点，也不会感冒，而且食欲大振，双颊充满了血色，非常有朝气。

但是，经过医院检查的结果，左边肾脏肿的状况(水肾症)并没有痊愈，而且本来没有事情的右边肾脏，也出现了水肾症肿胀的征兆。根据尿液检查与血液检查的结果，也许在一月底时必须进行外科手术。

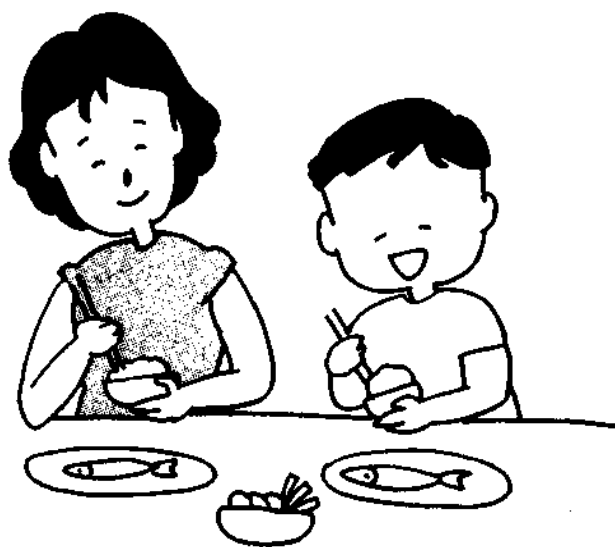
和砂生老师商量过之后，认为如果持续进行威力的治疗，可以使肿胀的情形渐渐消除。因此，我很密切地与老师联络。只要能够不动手术，就是最好的，我一定要多加油。

(10个月的唐氏综合征)入间市 R.T





第十一章 孩子的饮食生活





如果想要培育健康的孩子，请将重点放在每天摄取的水和食物上面。因为孩子的身体发育是和进食紧密相关的，只有每天摄取合科学的、有益的饮食，才能拥有健康的身体。倘若摄取了违反科学的、有害的，孩子的样子就会变得很奇怪。

不仅身体会生病，就连智力和心理也会连带受到影响。

什么是正确的饮食呢？现在人们的营养观有很多都是错误的。

本章的主旨即为改正各位这种错误的营养观。

给孩子合乎科学的、有益的饮食，可以使孩子的身心发育健全，让母亲带起来很轻松，还可以提高孩子的学习能力，培育出聪明的孩子。

一、饮食生活和以前不同

现在的饮食生活和以前有很大的差别，所以孩子也出现了很大的变化。

例如，对于罹患以前所没有见过的成人病，其比率是刚出生的婴儿24人当中就有13人；一岁的阶段11人当中有10人；五岁则可以在全部的孩子身上发现成人疾患。

这是经过北里大的高山教授研究之后所得出的结论，而且在刚出生的孩子身上甚至就可以发现动脉硬化的初期病变。

主要的原因因为食物的改变。以前的饮食是以碳水化合物为主，现在则以肉食为主。

问题就出在肉、鱼、蛋的脂肪上面，使得健康改变的





就是过氧化脂质，氧化脂肪会导致孩子健康恶化。

饮食还是要以碳水化合物为主较好，所谓的碳水化合物，就是米、麦等谷物，大家一定要了解谷物的重要性。

例如，对于不能注射也不能吃药的重症病人，只可以让他喝汤。另外，因为幽门狭窄症而没有办法进食的人，也只能喝糙米粥。

糙米可以治疗胃溃疡和心脏瓣膜症。

现在孩子的饮食变为以副食品为主，主食反而减少了，对于这种情况一定要加以改正。

二、将饮食还归自然

我们的饮食愈自然愈好，看看我们的牙齿，是由8颗门牙，4颗犬齿，20颗臼齿，总共32颗牙齿所组成的。

比例是2:1:5，如果按照这个比例来摄取饮食，是最好的。也就是说，蔬菜与海藻类2、动物1、谷物5的比例。列表如下：

门齿	8(2)	蔬菜与海藻类
犬齿	4(1)	动物
臼齿	20(5)	谷物

这才是天然、自然的道理。

但是，现在的孩子都吃肉太多了，而且几乎不摄取蔬菜。讨厌蔬菜的孩子是因为母亲不吃蔬菜，所以孩子也不吃蔬菜。因此，如果在怀孕期间母亲很喜欢吃蔬菜，就会生下喜欢吃蔬菜的孩子。

不喜欢吃蔬菜的孩子情绪不安定，相反的，喜欢吃蔬





菜的孩子则情绪安定。

孩子的饮食生活，会对孩子的身心健康产生重大的影响，甚至会影响智力的高低，以及性格的形成。

此外，不喜欢吃蔬菜的孩子龋齿（俗称蛀齿，即虫牙）也多，而会出现不良行为的孩子，多半也都是不喜欢吃蔬菜的孩子。如果能够尽量摄取蔬菜，则连性格异常的状况都能治好。

要注意水果不能够代替蔬菜，所以一定要重视蔬菜。而且蔬菜不要去皮，因为其中含有很多的蔬菜脂肪。

三、是什么影响了孩子的身体发育

现在孩子摄取了很多的钙质，但是为什么龋齿和骨折的情况还是很多呢？

使孩子身体改变的原因有以下四项：

- (1) 清凉饮料
- (2) 加工食品
- (3) 摄取过多的砂糖
- (4) 不吃蔬菜

以下一一加以介绍：

(1)清凉饮料当中含有许多会使骨质疏松的糖分。孩子一天的糖分摄取量是20克以下，但是一罐碳酸饮料的糖分就已经有20克了。

食物当中所含的糖分量列表如下：

- | | |
|-------|---------|
| ① 冰淇淋 | 10~20 克 |
| ② 巧克力 | 20 克 |





③ 清凉饮料	20~30 克
④ 罐装咖啡	30 克
⑤ 红豆年糕	30 克
⑥ 奶油	30~40 克
⑦ 果汁粉	70 克

糖分在体内被消化、吸收的过程当中，会使体内的钙质渐渐流失。

假设给孩子喝一杯果汁，由于果汁一杯含有砂糖 20~25 克，则为了要弥补因为喝这些饮料而丧失的钙质，就必须要吃 18 条沙丁鱼。

但事实上这是不可能的，所以体内的钙质就不断地流失了。

因为缺乏钙质，孩子就会焦躁、不稳定，流于暴力，出现不良行为，容易疲倦、生气，而性格完全变样了。

清凉饮料当中还含有许多食品添加剂，都会对孩子的身体及头脑不利。

如果一天给孩子喝两瓶果汁，让整个肚子都充满了果汁，则饮食生活就会失去平衡，而且也会影响孩子的身体、头脑以及心理，所以孩子就变样了。

(2)加工食品当中含有许多食品添加剂，因此摄取过多的加工食品非常危险。厚生省（相当于卫生部）曾经调查日本的小学三年级学生一天摄取多少食品添加剂。

结果发现每个人每天摄取了 11.54 克的食物添加剂。这些食物添加剂留在身体里面，就会对孩子的身体、头脑、心理造成影响，因而产生问题儿。

在此，有一份元大分大学饭野节夫教授的研究报告。





根据他的研究，问题儿的特征如下：

- ① 由于父母的高学历，因此对孩子的期望过大。
- ② 学校的规模大，人际关系淡薄，以及教师无心的发言。
- ③ 性格软弱，欠缺坚强性。
- ④ 以偏食居多，拒绝上学，而家庭内暴力有75%都是偏食所致。

喜欢油炸料理、味道浓厚的料理，讨厌吃蔬菜，喜欢吃甜食、可乐、果汁、蛋糕、冰淇淋、巧克力等等。教授认为，要治疗问题儿童，母亲真心所烹饪的料理是最好的。

食品添加物会将体内重要的微量营养素“锌”消除。事实上，缺锌对于儿童身心都会造成很大的影响。

对于胎儿、幼儿而言，如果严重缺锌足以致命。缺锌还会使孩子丧失学习的能力，并且产生记忆力方面的障碍，会对刚出生孩子的一生造成灰暗的影响。

根据美国农业部人类营养中心的爱德华·哈拉斯先生的研究指出，“用锌不足的饲料来喂老鼠，结果形成老鼠的发育不全及记忆力降低。而且在脑形成的初期，因为缺锌，造成了海马的发育以及感觉的发育异常。”

如果孕妇蔬菜的摄取量不够，胎儿就会形成缺锌，而会变得讨厌蔬菜。凡事以味觉为首，所有的感觉都显得迟钝。如果情况严重，甚至会生出自闭症儿。

自闭症儿是一切的感觉都混乱了。如果0岁、1岁的孩子讨厌吃蔬菜，便可称为自闭症的预备军。

讨厌吃蔬菜，会造成矿物质以及维他命的摄取不足，使得孩子的身心都产生障碍。





而在矿物质当中，又以锌特别重要。但是这么重要的锌，却由于经常摄取加工食品，因而被消除了。

母乳当中含有丰富的锌，但牛乳当中只含有一点点的锌。对于刚出生的孩子而言，其头脑成长所必要的微量营养素，有铜和锌。

然而，在现在家庭的饮食多半都偏重肉食，并有多摄取加工食品的倾向。因此，母乳当中缺乏锌的母亲也增加了。

加工食品当中含有聚合磷酸以及色素剂，而牛乳会使身体中的锌作用不足。

锌也具有制造男性精子的作用。由于现在的饮食偏重以肉品、加工食品为主，所以最近的年轻男性的精子都急剧减少，而这也是造成不孕的致命原因。

富含锌的食品有谷类、豌豆、坚果类、蛋黄等等。

(3)过度摄取砂糖的危险性，在(1)清凉饮料中已经提过了。

当糖分进入体内之后，因为与老旧废物的脂肪结合而氧化了，便成为过氧化脂质。当其累积在体内时，就使人感觉疲劳、以及加速人体的老化。

果糖可以取代砂糖。果糖可以说是21世纪的甘味料，它不仅吃起来有甜味，而且是自然的甘味料，在安全上绝对没有问题。

果糖的效果之所以突然之间被大众所认同，是因为东北大的妇产科团队在欧洲的医学会当中发表了《产前、产后给予果糖》的研究报告。

果糖的吸收和砂糖不一样，它并不是要分泌胰岛素，





而是直接成为身体的能量，所以不会使血糖值上升。因此，有糖尿病的人也可以使用。

甚至于有人认为果糖可以预防现代病，所以聪明的家庭主妇最好舍弃砂糖，而改用果糖，并且自己亲手做点心。

(4)不喜欢吃蔬菜的缺点已经叙述过了。

该如何矫正不喜欢吃蔬菜的缺点呢？

- ① 尽量避免摄取加工食品，而多吃自己亲手做的营养餐，多让孩子吃煮过的蔬菜。
- ② 让孩子喝蔬菜果汁，并习惯这种味道。
- ③ 将蔬菜切碎，加入营养餐里面。
- ④ 让孩子食用我在会场当中所介绍的梅云丹，使其血液变成碱性，身体就会很自然地需要蔬菜。
- ⑤ 给孩子吃蔬菜做的点心。例如，用菠菜所做的蛋糕或面包、加入菠菜所做成的铜锣烧饼、芋头团、南瓜派、马铃薯泥、玉蜀黍等。

想要培育出喜欢吃蔬菜的孩子，最重要的就是母亲在怀孕期间一定要大量摄取蔬菜。不喜欢吃蔬菜的孕妇当然会生出不喜欢吃蔬菜的孩子。所以，希望大家都能够了解，孕妇吃蔬菜比吃肉还重要。

- ⑥ 断奶期尽量给孩子吃蔬菜。有关于断奶食品，很多母亲的想法都错了，其实婴儿食品并非断奶食品，那只是含有许多食品添加剂的加工食品罢了。即使标明是以红萝卜或者是菠菜为原料，但是已经变成没有蔬菜味道的加工食品。在婴儿正在形成味觉的重要时期里，如果给他大量的婴儿





食品，只会培养出孩子奇怪的味觉而已。

四、如何使孩子的头脑聪明

如果要使孩子的头脑聪明，最重要的就是要使血液大量地流入大脑，而且必须非常有效率地供给适当的营养。

然而，脑细胞的营养源并非蛋白质，而是碳水化合物。使脑或是神经起作用的，并不是肉类以及乳制品。再者，虽然形成脑部的成分是蛋白质与脂肪，但实际上使脑部活动的葡萄糖，这也只是碳水化合物而已。

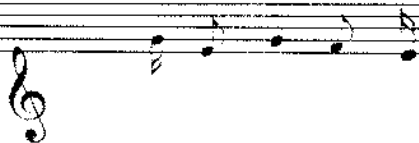
在大学的营养学课程当中，经常用来当成教科书的《营养生理学》中就曾提到：“头脑发达就是指脑细胞活动旺盛，而这种活动的能源，就是指碳水化合物（葡萄糖）……”所谓脑部发达，就是指脑细胞的活动非常旺盛。然而，使脑部作用的并不是构成脑部要素的蛋白质或脂肪，使脑部作用的必要能源是糖类（碳水化合物）。

如此说来，如果老是让孩子喝牛乳，不让他吃饭，则头脑的作用就会愈来愈不好，而这也是造成他语言发育迟缓的原因。

东京女子医科大学名誉教授中山恒明博士就曾说到——人的饮食一定要有80%是碳水化合物才可以——这真是至理名言。中山博士从临床医学者的立场注意到，以蛋白质与脂肪为中心的现代人，其内脏当中最重要的部分“肝脏”已经破烂不堪了。因此，他对现代人的饮食生活发出警告。

东京女子医科大学光范教授针对东京江户川区孩子的





肝脏状态进行调查, 结果发现男孩子当中有4%~5%、女孩当中有1%~3%的肝细胞中已经有脂肪堆积, 形成了“脂肪肝”。而大人们大吃大喝也会造成脂肪肝。

但是, 就孩子而言, 如果不是营养相当不均衡, 是不会出现脂肪肝的症状。本来应该以碳水化合物为饮食中心, 现在却偏重于蛋白质与脂肪, 因此才会产生这种症状。

使头脑发挥其作用的只有糖类(如葡萄糖)而已, 蛋白质与脂肪是无能为力的。相反的, 还会剥夺使头脑发挥其作用的力量, 因此, 如果持续以高蛋白质与高脂肪为饮食的中心, 则头脑容易老化, 会形成老年痴呆症。

反之, 如果以碳水化合物为主食, 就可以使头脑持续呈现最佳状态, 而不会患老人痴呆症。

以高蛋白质、高脂肪为饮食中心的人, 没有办法长寿, 因为长寿者的饮食一定是以碳水化合物为主。

期望培育出健康孩子的家庭, 请调整自己的饮食习惯吧!

