

一种柔软的教育

跟在孩子的后面，不要走在他的前面

对于陪伴一个小孩的成长，你只能跟着他的后面，你不能跑到他的前面去。他不需要你为他

带路。他成长的乐趣就在于，他来自己发现他的路。不要因为你是他的父母，不要因为你觉

得你比他知道得多，你就应该跑到他的前面为他带路，指导应该走这条路或那条路。不，不

要把你的愿意加在他身上，你不要作上帝操控和剥夺他自我选择的权力，即使你出于好意。

对于一个小孩的成长，你在他的背后给他提供支持就足够了，不用为他操那么多的心。他

的事绝大部分应该由他来负责。做一个父母如果越轻松，他的孩子就可以成长越好。对于孩

子的教育，如果你对此感到非常劳累，可以肯定地说，你的教育思想和行为出问题了。你很

可在很多事上越俎代庖了。

你代他负责的越多，你的小孩就像一棵小树一样，就越不茁壮。正确的教育方式是，不那么

重视教育，你的小孩在前面走，你在后面跟随他，当你观察到他实在需要你的帮助，或者他

十分需要你帮助时，才走过去，帮他一把。大部分时间，让他过他的日子，你过你

的。

跟在孩子的后面，不要走在他的前面，是教育小孩应该注意的一个要点。很多家长做不

到，因为他们抑制不住“我知道”、“我懂”、“我经验过”、“我知道什么对你最好”的思想念头。

他们的自我让他们无法安静的跟在一个小孩子的后面。能安静的跟在一个小孩子后的家长，

一定是位心灵成熟的家长，否则，他做不到。看多少家长自身都没心灵成熟，他们还在教育

心灵成长呢。继续学习吧，在心灵层面，我们和我们的孩子齐等。

你能不能不作别人的上帝？

在日常生活中，你能不能不作别人的上帝？在教育小孩的事情上，你能不能不作小孩的

上帝？作上帝的心态，看起来很权威，很主动，实质是一种恐惧心态。恐惧心的最常见行为

模式，就是掌控或操控。一个为什么要一次又一次，甚至在竭尽全力的去掌控别人呢？为了

安全。当他掌控别人时，他有安全感和优越感。当他处在掌控的位置时，他不害怕，害怕之

心消失了。所以，这就是为什么人们都喜欢掌控别人和操别人心的原因。什么样的人只流淌

爱和完全不想掌控别人？内心完全无惧的人。这是肯定的。内在越有恐惧的人，越重视外在

存在的事实;内在越真正强盛、越没恐惧感的人，他越不在意外在之存在。对这个世界没要

求，或什么也不抓的人，实质上他的内心是没有任何害怕的。一个内在完全无恐惧的人，除

了爱，他什么事都不想做。爱点什么是他唯一的工作。爱是他的呼吸。

你對自己小孩教育上的恐惧，反应你自己对未来的恐惧，你在试图通过掌控你小孩的命

运，来让自己的命运有确定感，无恐惧感。如此这般，小孩成为了被你利用的工具，想一

想，你是不是那样做了?而且你还正在做着呢?你在试图通过小孩让你的内在恐惧消失，你没

在爱你的孩子，你在利用他，虽然你打着你爱他的名义。真正的爱从哪里出来?从一颗完全

无惧的心中出来。你心中有恐惧吗?倘若你心中有恐惧，你的爱不完全。你心中的恐惧越

多，你的爱越不象爱而是掌控。

做别人的上帝是幻象中恐惧众生的常见反应，不做别人上帝的人实质是那些成道者。不

试图做别人上帝的人，实质成了上帝;而试图做别人上帝的人呢?实质他自己从上帝的位置上

下来了。来了解这一点。回到教育的话题上来，来观察一下，你是不是在“教育”这块地盘

上，试图做你小孩的上帝呢?如果你正在做着他的上帝，或正准备做他的上帝，来体验一下

你的日子好过不好吗?做别人的上帝事实上是最难过的日子，因为，当你掌控别人时，你却

被别人掌控了。当你想做上帝时，实质你生活在地狱里;什么时候你回到了天堂?你没有做别

人上帝的想法时。来体验当上帝和你日子的关系?从这个幻象中解放出来。

吃好睡好玩好，做个别种“三好学生”

要想让你的小孩在学习、体魄、心灵等方面健康发展，你就必须让他在此外的空间里健

康发展。当生命这一部分发展不好时，那一部分也会发展不好。要培养一个德智体都好的三

好学生，来让你的小孩吃好睡好玩好——做到这三好。只有这三好做好的学生，那三好才能

真正好，否则，这是不可能的。如果把你的教育效果放大或拉长一样，你就会知道了。

有人可能会担心，时间是固定的，人生也是固定的，如果我让我的小孩在玩、吃、睡上

面用的时间多了，他哪还有时间去学习啊?那不是瞎扯吗?你确定一个小孩在玩、吃、睡上做

的好，他在学习上就不好吗?相反，那应该更好。不要让学习成为恐惧的代替品。当一个人

吃饱了、玩好了、睡足了，他去干什么呢?他想学点什么。一个小孩只所以不想学习，很可

能是他没玩足。他有很多天性方面的心性需求没有满足，你却让他避开他天性需要的东西，

去往里装你给予他的东西，这怎么能行呢？内在更大的动力在排斥它呢。

学习应该是一种娱乐，或娱乐模式的。在人类吃饱、穿好、睡足的情况下，快乐的进

行。如果把学习变成一种艰苦的心灵的劳役，那就没有多少意思了。吃好睡好玩好——做个

别种“三好学生”，这不但是对孩子们说的，每个成年人也一样。不管你长多大，做好一个别

种“三好学生”非常重要。记住这句话的要点是，你以一个学生的身份，在基本需求方面善待

自己。只有爱自己的人才能爱天下，只有养足了自己身心的人，才能养育天下众生百姓。

把老子的相对论和佛陀的辩证法说给他们听

教育小孩不能仅仅只给他们一些形而下、实实在在的知识性的东西，更多的应该给予一

些形而上、玄虚的智慧性的东西。因为他们这个时候是需要这些的，这也与他们的空盈之心

相契。

你给你的小孩讲过佛陀或老子的故事吗？你把老子和佛陀生活智慧的要点，贯穿到你支

持给他的

生活中了吗？给予他们佛陀、老子的智慧，甚至都比你给予他们爱因斯坦、牛顿的

知识更重要。

和你的小孩

走一个小水沟旁，向他说“这是一片大海”，——对一只小蚂蚁来说，这不是

吗?问他一个问题，如何把一张桌子放到一个茶碗中?诸如此类的问题，多问他一些。在边说

边玩之中，来告诉他一些相对论的知识。大是相对小来说的，高是相对矮来说的，长是相对

短来说的，世间的一切都是个相对，没有这一个标尺，就不会有那一个标准。

一个小偷是不是好人?对于最爱那个小偷的家人来说呢?也许那个小偷偷东西，是为了一

个没有饭吃的乞丐或者一个没有钱看病的小女孩呢?.....一个小偷是不是好人?透过你与他讨

论一个问题的多面性、多种可能性，解决一个问题的多种方法性，如此来让你的小孩从小就

心智灵活，而避免头脑僵化的模式中。

小孩的心一直是敞开的，他们的心开始就是向一扇窗户门开打开的小屋，随着成年，出

于保护，他们的一些窗户和门渐次关上了，他们变得狭隘和固执。为此，他们更承受更多的

生命之苦。当他们受苦之后，他们去找寻解脱和自由。而那个解脱和自由的过程，其实又是

打开那心的窗户和门而已。因为我们知道了这些事，那么在我们教育和影响小孩的过程中，

我们尽量让他们心的窗户和门少关闭。让他们看到令他们害怕的，和我们从前自己害怕的情

况一样，多是一些虚假不真的假象。

百分之百的恐惧和担心都来自“想象”——是那颗移开当下的心，在那个产生了自己的想

法并想用自己的想法，更改眼前如实存在的妄想，让自己痛苦和恐惧非凡的。教育孩子时刻

回到真实存在中来，教育孩子时刻分清哪是想象，哪是如实的存在——让他们喜悦的活在真

实存在中，而不是自己的梦，更不是自己的梦和现实存在对抗的冲突中。这点非常重要。

教给他们多个角度看问题，以多种身份看问题，和时刻分清哪是真实、哪是梦，并时刻

活在真实存在之中，应该是我们教育的重点之一。往他们头脑里装载更多的知识，训练他们

掌握一些技能，那是为生存而存在的一个方面。要想活下去，知识和技术是需要的，要想活

的好——这些智性的东西更重要。术在支撑头脑，道在养育心，一个人要想愉快自由的活

着，道和术都需要。但要记住的，是道在心，修道是养心，为生活；术在头脑，修术是在训练

头脑，为生存。

现代的教育，人类把更多的能量给头脑了，给心的反而很少。我们意识到了这些本未倒

置的教法，所以要调整过来。道是树根，术是树枝或花朵，术的训教虽然明显、强势或有成

绩，但对道的教育更应该更着重。我们要培育一株花朵，我们的重点应该是它的根而不应该

是它的枝叶或花朵，如果我们把重点放在了枝叶花朵而忽略了根，那么我们就本末倒置了。

现在我们社会的教育就有点这个状态。所以，我们意识的人要把它倒置去过来。佛陀说，众

生大部分人都活在颠倒梦想之中，我们如何才能活到正确、本来、应该的方向上去？那么给

它翻个个儿。即使我们活颠倒了，那么，如果很多事我们反着做——那就正了。求道，就是

求倒，——如此我看待我们的教育。

把月亮请下来

明亮的月光在天上，和你的小孩在院子里坐着。给出他一个考题：“如何把天上的月亮请下？”

让他自己去思考，如果是一个小一点的小孩，给他提示，并帮他去实际操作。如果他是

一个大一点的小孩，能够说出一些有效力的答案，那么让他想的尽可能的多。

如何把天上的月亮请下来？端一盆水来，月亮处在了盆子里。拿一块镜子来，月亮处在

了镜子里。把盆子和镜子归复原位，让他看一眼天上的月亮，闭上眼睛，再问他月亮在哪

里？月亮在心里。

告诉他，无论月亮在天上，在盆子里，还是在镜子中，最终都是在心里。如果没有这颗

心，对于你，还有一个可知的月亮存在吗？我们最终看见的月亮在哪里？是什么？在心中，是

月亮的相片。为什么这样说呢？因为确实没有任何一个人爬到天上把月亮摘下来，塞到自己

的心中。但即使我们没那样做，我们仍看见了月亮，月亮也好像在我们的心中，那说明，我

们看见的月亮和月亮本身无关，我们的心所看见的月亮，是心造出来的月亮的相。

同样的道理，我们看见的世上的一切都是如此。无论我们看到了什么，在哪里看到，最

终都是心在看到它自己藉由那物生成的那物的相，并非那物本身。而且，那事物本身并不改

变，调节心的状态，我们所感知的那物就会改变。比如，你高兴时看月亮，它明晃美丽，如

果你伤心时看月亮，它贫血难看。总之，事物没变，我们的心变，它看起来就如变了一样。

我们活在我们变化的心中。

透过一轮月亮，把心、心的世界和心是如何创造它世界的故事——最终讲给你的小孩

听，让他明白。同样的道理，心所遇见的世上的一切皆是如此。不改变事物，透过改变自

心，我们可以改变我们所见的世界，……带着你的小孩，如此认知世界和生活，这样我们在

生活中就具有了更大的掌控权。我们可以不必幻觉般的去掌握和调节别人、外物或世界了，

我们只调控我们的心就可以得到我们想要的。我们不必努力着，一次又一次，试着进入万花

筒去挪移它的玻璃片来使我们看到的婆娑世界不同了;因为知道了心就是那个万花筒，我们头

脑中储存的概念或物相就是那些玻璃片，现在我们只需要使一个小小的力去转动一下万花

筒，我们就可以看到婆娑美丽的世界了。看，知道这一点我们省多少力啊?万花筒本来进不

去，玻璃花本来拿不着，但我们为此却费了多大的劲儿?

教给你的小孩认识心、心的世界和我们的心创造世界的原理，如此让他们活的快乐，

——即使他们学习不好，生病，或者遇到其它情况。让他们做到象我们一样，不管外物如

何，我们都快乐，这才是教育的目的。您觉得是不是呢?

教给小孩与念头分离

我们通常会把一棵树、一张桌子或一只茶杯看作一个“客观事物”，但很少有人把他们的

念头也看作客观事物，而事实上，它也确实是客观事物。我们总是以为，在我们和世界之间

不存在任何东西，世界和我们，桌子和我，茶杯和我——好像人的世界就只这两样看得见的

“主”、“客”之物。没有人曾经想到过，在可感知到的“我”和可看得见的世界之间，还有另一种

“客观存在”——念头、想法。我们忽略了它。或者我们卷入了它。我们嵌入它太

深，或它嵌

入我们太深。总之，过去没有人曾经专门拿出它，作为一种客观事物来看待和研究。而它实

质，和我们在外在看到的一棵树、一只鸟、一颗星完全相同。

现在有人知道了“我”和“我的念头”不同。那么学习与念头分离的技术吧。把这个课程教给

小孩。学校里应该开始这一课程：认识念头的课程，学习和念头分离的课程，把念头也作为

像研究花朵、植物、种子一样的事物科学来研究它。学习这个课程，最终能让我们从自己的

痛苦、烦恼或恐惧解脱和分离出来。

学习心是如何创造概念的，认识概念未产生之前的心；质疑每一个概念；学习认识心、心

的世界和心创造它世界的原理等，这些课程非常重要。学校里应该开设这门课。因为牵泛

到.....它才是真正的认识生命和世界的功课呢。我们传统的通过物理、化学的、植物、生物

学而认识世界的方式，太迷失于外了。只有这种认识心、念，心念所反应的世界的方法——

才是真正的认识生命和世界的方式呢。这才是真正的生命教育，科学教育——这应该是现代

佛陀教育的实质。

手里拿着一枝花，问你的小孩这是什么？——“花”。问它花在哪里，它真的是花吗？对一

只小狗来说它还是花吗？对一只小猫来说呢？如果你闭上眼睛睡着了，对你来说这枝花在哪

里？谁创造了对你来说的花？你眼里的花和他眼中的花完全相同吗？世界上第一个人见到这只

枝花时，他如何看待的它？.....诸如此类的问题询问你的小孩，用他能听懂的语言和他能理

解的方式，让他渐次知道你要让他知道的部分。

每天学习书写念头，把你的念头和你分离开来看待两者。从中了悟生命和生命中的世

界。让你的小孩和你一样的彻底解放——开悟和成道。开悟可以从小孩做起，他们可以做到

一直不离开道——一直是成道的。你认为可能吗？世界上有一个人做到，另一个人就会做

到，就会有一群人做到。愿我们都以成道的身份活在一个开悟的世界里。

教给他们学习觉知

观照念头的结果，最终导致对“觉知”的了解。教给你的小孩知道什么是觉知和如何一直

使用觉知，用他听懂的语言和尽可能明白的方式。拿杯子里要有意识，翻书时要有意识，做

广播体操

要有意识，走路时要有意识，刷牙时要有意识.....，慢慢的让他知道“觉”这个东

西，学习一直“觉”观“念”，最终时刻安住在觉上。

把它作为训练的一门课程，并把从这节课中学会的品质带到他日常生活的方方面面。透

过从小学、甚至幼儿园开始学习和训练这些，直到大学的课堂，想一想学会这些“人”，在他

们的生活中和我们的社会上会如何？能够觉知一切事，能够很好地对待自己念头的人是一些

什么样的人？那将是一批觉醒的人，一群只有快乐没有苦恼的人，一群一代觉悟的人。教给

你的小孩觉知和抽离看待自己念头的方法吧，把这“新”的课程加入这千百年古老的教育中，

教育为培养觉悟的人而不仅仅是有能力奉献社会的人而进行吧。

教给他们如何对待烦恼

“如何对待烦恼”——这应该成为每一个课堂、每一个校园、每一个年级孩子们都必须学

的功课。因为人生在不断的遇到它。社会和老师们教我们物理的、化学的、数学的、文学

的、历史的、地理的知识，但从来没有人教给我们如何对待我们人生的烦恼，而我们却几乎

天天不断地遇到那大大小小的不愉快。

我们社会的教育，确实应该把一课加入每个年级、每所校园之中去。且它最好有那些活

出来的觉悟者教导，心理学的老师教授解决这些问题是有限的，因为他们自己也苦恼重重。

心理学是用头脑的理论、知识和技术来解决头脑的问题，它自身无法真的解脱它的问题，它

给予“解决”是幻象般的。因此这门课应该由那些修行很好的修行者进行。修行的

人开设这类

学校，或者进入校园。因为人类目前正需要它啊。

愿有人真的把教导认识生命和存在的真相、除却生命苦恼的真正有效办法带到学校中

去，从孩子们开始，我们开始缔造一个喜悦自由的人类心世界。