

英国《泰晤士报》顶级畅销书



“父亲重要性”倡导之作

棒孩子

The Sixty Minute Father

父亲造

60分钟阅读，你将神奇般地改变孩子的人生

[英] 罗布·帕森斯 著 Rob Parsons 刘辛 江锦成 译



中国社会科学出版社

父亲之于孩子，是多么重要！

这本书帮助你赢得最为重要的成功，那就是做一名好父亲，并帮助每一位父亲在生活和职业之间达到完美平衡。

——国际版权情报中心前主席 约翰·哈维·琼斯爵士

孩子童年和少年的大门，很快会关上
父子相处的有限时间里，父亲是在缔造孩子的未来

——棒极老爸的10个目标——

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 只争朝夕； | 6 设定界限； |
| 2 走出误区； | 7 不要将大事委托别人； |
| 3 无条件地爱你的孩子； | 8 多玩日常游戏； |
| 4 称赞你的孩子； | 9 建立亲密关系； |
| 5 多和孩子一起欢笑； | 10 最终目标：放飞 |



ISBN 7-5004-5780-4



9 787500 457800 >

ISBN 7-5004-5780-4

定价：23.00元



棒孩子

The Sixty Minute Father

父亲造

60分钟阅读，你将神奇般地改变孩子的人生

[英] 罗布·帕森斯 著 Rob Parsons 刘辛 江锦成 译

中国社会科学出版社

图字：01-2005-4061 号

图书在版编目(CIP)数据

60 分钟 棒孩子 父亲造 / (英) 帕森斯著; 刘辛 江锦成译.
北京: 中国社会科学出版社, 2006.9
书名原文: The Sixty Minute Father: Take An Hour to Change
Your Child's Life Forever
ISBN 7-5004-5780-4

I.6... II.1 帕... 2 刘... III.家庭教育
IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 092483 号

责任编辑: 郭沂纹
特约编辑: 郭沂涟
责任校对: 尹 力
技术编辑: 李 建

出版发行 **中国社会科学出版社**

社 址 北京市鼓楼西大街甲 158 号 邮 编 100720

电 话 010-84029450 (邮购)

网 址 <http://www.csspw.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京和众通达印刷有限公司

版 次 2006 年 9 月第 1 版 印 次 2006 年 9 月第 1 次印刷

开 本 889 × 1194 1/24 插 页 8

印 张 6.25

定 价 23.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究

追求成功生活的人当中，只有很少一部分人，同时赢得了最为重要的成功，那就是做一名好父亲，并尽享家庭带来的天伦之乐。《60分钟 棒孩子 父亲造》能帮助每一位父亲在生活和职业之间达到最完美平衡。

——国际版权情报中心前主席兼管理顾问约翰·哈维·琼斯爵士

我们中间有太多的人陷入了对事业的疯狂追求，难以自拔，结果却面临着失去家庭的危险，而实际上，家庭是我们最重要的财产。阅读《60分钟 棒孩子 父亲造》令我想起了自己错过的机会，现在我拥有一个幸福的家庭，还有带给我无限快乐的两个孩子。我知道这本书会帮助我成为一名更棒的祖父。

——Kwik Fit汽车修理连锁店董事局主席、人力资本投资者公司董事、
英帝国二级勋位爵士汤姆·法默

我总是没完没了地工作，有时候仅仅是为了糊口，不过我相信这本书值得每一位父母认真阅读。

——煤气工格雷厄姆·埃文斯

对男人来说，这是一本非常新颖的书。他抓住了这样一个事实：男人总是很忙……因此很难腾出时间与家人共处，这会使他们产生深深的负疚感。这本书写得棒极了，就像一股清新的空气，向众多的假说发出了有力的挑战。

——《父母协助计划》(Parentwise) 吉姆·史密斯

单调乏味的工作使我们成为奴隶，或者让我们上瘾。帕森斯的书为那些试图打破单调生活的父亲提供了建议；书中不但有趣闻轶事，还有“行动页”和“60 秒速读页”。这本书还很适合那些大忙人阅读，不会占用你多少时间，你在上班途中就可以把它一口气读完。

——《书商》

生意场上，订单、最后期限、客户满意度和利润，整天把我们搞得焦头烂额。这些事情本身都没有错。我相信这本小册子不但不会妨碍我们建设成功的企业，与此相反，它还会为我们提供有力的帮助。许多公司正在努力成为“具有家庭亲和力”的公司，而且相信拥有稳定家庭生活的雇员在工作中会有更出色的表现。

我强烈建议你为每名雇员买一本《60 分钟 棒孩子 父亲造》。我就是这样做的，而且我相信，我们的雇员，以及我们公司的表现都会证明，这笔投资是多么物超所值。

——一位总经理





献给我们特别的朋友
艾丽西亚·欧文斯
她总是知道自己该怎么做

THE SIXTY MINUTE FATHER



序言 11

目标1 只争朝夕 17

行动页 22

行动页 32

60秒速读页 38

休息片刻 40

目标2 走出误区 43

行动页 56

60秒速读页 68

行动页 69

1秒速读页 70

目标3 无条件地爱你的孩子 73

行动页 81

60秒速读页 82

目标4 称赞你的孩子 85





目标5 多和孩子一起欢笑 93

行动页 100

目标6 设定界限 103

60秒速读页 108

目标7 不要将大事委托别人 111

行动页 116

目标8 多玩日常游戏 119

行动页 126

目标9 建立亲密关系 129

行动页 134

60秒速读页 136

目标10 最终目标：放飞 139

注释 146

**THE SIXTY
MINUTE
FATHER**



致谢

许多朋友都为这本《60分钟 棒孩子 父亲造》提供过帮助。在此，我要特别感谢乔治·拉塞尔、林登·鲍林、乔纳森·布思、杰奎·巴特勒、查理·科尔切斯特、克莱夫·普赖斯、海伦·佩顿、保罗·麦卡斯克和编辑詹姆斯·卡特福德。我的妻子戴安娜不断鼓励我，并且劝我不要对自己过于苛刻，我对她的感激之情真是无以言表。

THE SIXTY MINUTE FATHER



10





周六晚上的电影院

我们在雨中排了半天队，最后总算进了电影院。我们紧紧搂着两个孩子，手里拿着一盒甘草什锦糖和足足一加仑可乐。因为进来得有点晚，在找座位的时候，我们边走边小声地向站起来为我们让路的人道歉。最后总算把孩子、可乐和甘草什锦糖都安顿好，坐了下来。在忍受了10分钟的广告和5分钟的电影预告之后，电影开始放映。终于可以看电影了！

电影名为《虎克船长》，是一部“U”级电影，应该没有非常可怕的场面。可是出乎意料，我们犯了一个大错误。有些父亲后来说，这部电影的开场要比他们12岁时悄悄去看的《吸血鬼又回来了》更令他们感到震惊。

我来为你描绘一下电影里的这个场景。主要人物：家长：彼得和莫伊拉；孩子：索菲和杰克。

场景1：一年一度的学校演出

大厅里坐满了家长，大部分都是母亲，不过彼得也坐在观众席里。他40来岁，属于那种“干劲十足”的男人，专门研究企业合并与收购，雄心

勃勃，志满意得，甚至让人觉得有点冷酷。

他的右边是他11岁的儿子杰克，再过去是他的妻子莫伊拉。他5岁的女儿索菲正在舞台上，她在童话剧《彼得·潘》中扮演温迪。

这是一个经典场景：摄像机在沙沙作响，偶尔传来家长的叹息声，老太太们正在擦去眼角的泪水。突然，彼得的手机响了起来，电话是他的合伙人布拉德打来的，告诉他目前交易的最新进展。彼得把电话凑近嘴边，轻声说道：“我不能跟你说话——我正在女儿的学校看我女儿的表演。”你能猜到，就算彼得说他正在做心脏搭桥手术，没法接电话，布拉德也不会放下电话。最后，彼得答应他：“明天我和你见面再谈”。就在此时，他的儿子转过脸，说：“可是，爸爸，明天我们要举行一场重要的球赛——您答应过要去的。”彼得犹豫了一下，对着电话小声说：“明天我们只能谈一会儿，布拉德，我还得去看我儿子的比赛。”他装好了手机，冲着杰克笑了一下：“孩子，我会去的——我向你保证。”

彼得真的不愿食言，可他和布拉德会面的时间比预计的要长，他知道自己赶不上看儿子的比赛了。



场景切换至棒球赛场

母亲焦急地问：“你爸爸呢？”杰克也忙着在人群中寻找父亲的影子。

这时候，彼得手下的一名年轻人挤了进来：“您好，布兰农太太。您的丈夫可能要晚来一会儿。他派我来把他错过的比赛拍摄下来——哪一位是您的儿子？”

场景切换至球场外的公路上

时间已经是一小时之后了。

随着一声刺耳的刹车声，彼得的车停了下来。静悄悄的球场空无一人。

如果他的孩子觉得无法忍受他疯狂的生活方式，那么她的妻子更无法忍受。至少有两种力量在撕扯着她。她不但要眼睁睁地看着孩子们正在失去一位父亲，而且知道，总有一天，她的丈夫将为这些年的生活感到深深的遗憾。他一到家，她就带着一丝绝望恳求道：

“你的孩子们爱你。他们想和你一起玩，你以为孩子想请你看他比赛这种情况会持续很久？很快，杰克就不想让你看他的比赛了。

“孩子们想让我们围着他们转的时间没有几年。过了这段时间，你想让他们

在意你一点儿，你就得在他们屁股后面追着赶着。太快了，彼得，只有短短几年时间，而且这几年很快就会过去……可你正在错过这段时光。”

当然，在现实世界中，我们总有需要按时完成的工作，总有需要实现的目标，总有需要支付的账单。压力是巨大的，许多父亲不得不加班到很晚来保住自己的工作，还有些父亲不得不忍受失业带来的痛苦。

这一切都千真万确，可实际上，无论我们处境如何，我们中许多人都在制造不必要的繁忙。这与工作的需求程度无关，甚至与我们是否有工作都没有关系：我们总是用各种活动把自己的生活填满，挤掉了本该属于更重要事情的时间。

以这种方式生活时，我们在外面往往左右逢源。我们精于自己的业余爱好，工作出色，而且——对我们的朋友来说——是聚会的中心人物。一切似乎都非常完美，但一件事除外：这种生活往往会让我们在某一天回首往事时，为自己失去了做父亲的机会而遗憾不已。

这种过于忙碌的生活方式和模式不仅限于男人；女士们对这些压力的感受也同样深刻。然而，毫无疑问，我们发现，尽管文化背景不同，但整个地球上的父亲角色都面临着危机。



序言

◎ 棒孩子 父亲造

这本书专为大忙人而写，你只需大约1小时就能把它读完。书中每隔几页就会出现一张“60秒速读页”，对前面的内容进行总结。整本书只有一张“1秒速读页”。如果你觉得自己实在太忙，没有时间读别的内容，那就读一读这一页。如果你连读“1秒速读页”的时间都没有——那你的麻烦可就大了！

书中还有一些“行动页”，由几位父亲讲述他们与自己孩子一起做过的事情。虽然这些事情都很简单，但事实证明，它们对改善父子之间的关系非常有效。有些措施适用于所有的孩子，有些则针对特定年龄段的孩子。有时候，大家会问：“怎么做才能让事情有所改观呢？”对这个问题，你可以在“行动页”里找到一些好主意。

我和大家分享的经验教训不是来自成功，而是对失败的总结。当然，我后来很幸运地学到了一些经验教训，这对我自己的家庭来讲还不算太晚。我还清楚地记得，自己下班回到家以后，静静地坐在餐桌旁。妻子早就放弃在这段时间里跟我交流了，可是两个孩子却在嚷嚷：“爸爸，我星期六要去踢足球。”“苏珊今天又拽我的辫子了！”我对他们很冷淡，心思仍然放在某个客户身上，或者盘算着晚上要做什么。于是，便含含糊糊地应付着他们。然后，电话铃响了起来，儿子说：“爸爸——找你的。”一瞬间，我恢复了生机——热情洋溢地打起了电话。两个孩子看着我。他们不吵不闹，只是静静地看着我——我倒宁愿他们又吵又闹。可是，他们从眼前发

生的事情中清楚地认识到：“只有这件事对他来说才是最重要的。这个电话让他恢复了生机和活力。”对我来说，改变这种生活方式就像一场不断持续的战争：这本书中就有我在这个过程中所吸取的一些经验教训。

我知道，阅读这本书的父亲中，有一些很愿意把更多的时间留给自己的孩子，但是因为家庭破裂，他们不得不和自己的孩子分开。我不认为整本书都与你的情况有关，但是我希望这本书的某些部分适合你，并且能为你提供帮助，让你和孩子共处的时间尽可能更富有成效。

父亲不是一个轻松的角色，没有谁能保证我们的孩子一定会长成我们所期望的样子。说到这儿，我觉得，我们每一个人都会在某一时刻回首往事，并希望自己是为此角色尽了全力。

这本书中共有 10 个目标，从不同的方面来帮助你和我。每个目标都是父亲的强有力的工具，而且，每个目标都可能改变你的生活和你孩子的一生，甚至永远。

GOAL 1 SEIZE THE DAY



目标1只争朝夕



棒孩子 父亲造



THE SIXTY MINUTE FATHER



18





机会之窗

文森特·福斯特是一名律师，不过，他可不是一名普通的律师。他已经攀上了自己事业的巅峰，现在是美国总统的副法律顾问，成为世界上权力最大的律师之一。他在任职期间曾为阿肯色州法学院毕业班的学生作过演讲。

想象一下吧：拥挤的教室里，几百名学生焦急地等待着自己的偶像发表演讲。让我们悄悄溜进那间教室，听听他说了些什么：

3个星期以前，我和妻子莉萨庆祝了我们的第25个结婚纪念日。当年，我们就在这儿，在阿肯色州费耶特维尔大学法学院庆祝了我们的第一个结婚纪念日。和在座的各位一样，她首先帮助我完成了在法学院的学业，25年来，她总是鼓励我要坚持下去并不断上进。她已经成为我的编辑、应急顾问和最好的朋友。我希望你们每个人都能幸运地遇到像莉萨这样的人。

讲堂里静悄悄的，好像他说的这些话超过了对法律的思考。他接着说：

我想谈谈自己的家庭。你们已经下定决心干一番事业，愿意加班加点努力工作，把个人生活放在一边。可是，有一个现象引起了我的注意，那就是没有一个人会在弥留之际说：“我多么希望能在办公室里多待一会儿。”你们要明智地平衡自己的工作和家庭生活。如果你有孩子，你的父母会警告你，孩子们不知不觉就长大了，并且很快就会离开你。我能证明他们说的都是实话。上帝只给了我们有限的机会，在这有限的机会里，上帝让我们和孩子们一起读故事、一起钓鱼、一起捉迷藏、一起祷告。千万不要错过和孩子在一起的任何机会。办公室里的工作可以放一放，因为等孩子长大离开你以后，你依然可以待在办公室里。

6周以后，文森特·福斯特离开了人世。他死得很悲惨，官方断定他是自杀。

谁知道在最后的日子里，他陷入了什么样的困境，可是当我读到他那天的演讲词时，觉得那些文字仿佛来自另一个世界。我能充分理解他对这些年轻律师们所说的一切，原因不仅因为我也是一名律师。记得有一天，我突然明白，尽管从许多方面来说，我已经成功了，但是我真正深爱的那些东西却正从自己指间溜走。

我的背景与文森特·福斯特相似。我的父母不是有钱人，而且我的妻子也曾拼命工作来帮助我完成法学院的学业。我已经成为一家非常成功的律师事务所的合伙人，同时还是管理问题的演讲专家。家里家外都需要我，而且我的孩子在没有我陪伴的情况下正在一天天长大。



我对自己说，我所做的一切都是为了他们，可是他们宁愿生活得艰苦一点，也希望能和我多待些时间。有一天，我终于意识到，除非我有所改变，否则，我和我的家庭都要为此付出代价，我的下半生将在遗憾中度过。



把对孩子具有重要意义的日期记在本子上，例如，孩子的生日、学校音乐会、体育活动。

尽可能和刚出生的婴儿多待些时间。尽可能多为孩子换尿布，并且经常把孩子抱在怀里。和孩子谈话，好像她／他能听懂每个字，比如，谈谈板球就挺不错。

和孩子一起开展一种不需要太多体力的业余或休闲活动。你们可以在未来漫长的岁月中一起开展这项活动。

THE SIXTY MINUTE FATHER

23



一位父亲的回忆

一位父亲正在欣赏一本家庭相册。他的孩子们都快长大成人了，屋里再也不会凌乱不堪，再也不会充斥着刺耳的音乐声了，可他却并不想让这一天来得这么早。这本相册中收藏的不是技术精湛的摄影杰作，有些照片中人物的头部都没有照到，可是无论如何，这些都是岁月的纪念。

这不是一本整理得井井有条的相册：本该在每张照片的背面写下拍照的日期和地点，但大多都没有写下。18年的家庭生活就被大家这样一起扔掉了。不过，每个人还能在这些照片中看到这个家庭多年来共同走过的道路。

照片上，一个蹒跚学步的孩子笑得合不拢嘴，丝毫不在意自己才长出一颗牙。另一张照片上，两个孩子在沙滩上玩耍，圣诞剧中的牧羊人后紧跟着一只肥嘟嘟的羊羔，就连最宽容的批评家也会说这个场景很“寒酸”！再看这一张：一位妇女坐在一堵墙上，旁边有3个孩子：一个笑得很灿烂，一个侧着脸在看太阳，还有一个则满脸不高兴。相册里还有圣诞节的照片、叔叔婶婶的照片、生日照片，还有一些动物的照片，那些动物足够组成一个小动物园。

他叹了一口气，从相册封套里取出一张照片。照片上是一个面带微笑的年轻男子，他的手里抱着一个刚出生的婴儿，背景显然是医院的病房。他创建了一家公司，还在许多董事会



目标1只争朝夕

00 棒孩子 父亲造

和委员会中任职，因此，毫无疑问，他取得了所谓的成功。他凝视着这张照片，肩膀垂了下来。最后，他抬起头，喃喃地说：“要是能回到从前，我愿意放弃今天的一切。”

我在各种不同的地方无数次地遇到过这样的父亲。无论在世界的哪个地方演讲，这样的父亲总会出现。他可能是一位企业家、一名水管工、一名大学讲师或者是工厂的工人。他是个坏父亲吗？他不在意自己的孩子吗？不，从许多方面来看，他都是一位好父亲。他爱自己的家庭，为家庭提供生活费，并努力让每位家庭成员过得更好。如果你问他，工作、业余爱好或家庭，哪一个更重要，他会马上回答：“我的妻子和孩子。”可是，他现在55岁，家庭已经成熟了，他觉得自己错过了孩子们宝贵的童年。

这个男子知道“机会之窗”的说法。他不想错过任何机会，这意味着要抓住时机：这种时机可能是争取一个重要客户，也可能是发明某项新技术，还可能是在新市场上创造销售机会。

最令人难以置信的是，这么多从未错过工作和职业“机会之窗”的父亲，却漫不经心地错过了孩子的“童年之窗”，他们以为这扇窗户永远不会关闭。

计算时间

这扇窗户到底有多宽？实际上，在孩子们年幼的时候，如果我们没有和他们共度美好时

光，等到他们成为少年时，孩子们就不会花时间和我们待在一起了。不过，我们可以安慰自己，认为在孩子 18 岁之前，随时都可以和他们建立紧密的关系。18 年一共是 6 570 天，我们每一天可能都有机会和孩子共处，向他们灌输对我们至关重要的价值观，或者仅仅是教他们如何放风筝。

有一次，我偶尔去监狱会见当事人。谈话通常在会见室中进行，可是我还记得有一次在牢房墙壁上看到了许多划痕。一名男子在这间牢房中生活了 10 年。每天晚上睡觉之前，他都要在墙上画一条线。每一条线都代表着一天——24 个小时。

我们若对时光飞逝深感恐惧，生活就很难继续下去。但是，现代生活的压力往往给我们带来了相反的问题，那就是我们意识不到时光流逝得有那么快。

如果认识到这一切，地球上几乎没有一位父亲会希望错过与自己孩子建立紧密关系的机会。可是，我们往往意识不到这个问题，时间就这么一天天地溜走了。



目标1只争朝夕

00 棒孩子父亲造

抓紧时间——只争朝夕！

还记得在学校照的那些老照片吗？每年，那个带着照相机的人都会想方设法把400个孩子照在一张照片上。他使用一个旋转照相机来完成这项任务。相机从人群的一端开始拍摄，然后水平移动，摄下众多年轻的面孔。

4B班的罗兰·汤普森，首先发现这架相机为学校的男生提供了一个绝佳的机会：他绘声绘色地说这个计划时，我正在洗手间，并且很荣幸地成为协助他完成这一计划的400个孩子中的一个。照相机刚刚摄下罗兰精神焕发的脸庞，罗兰就从人群后面跑到队列的另一端……这样他在照片上就出现了两次。

当罗兰头昂得高高地出现在校长办公室时，我也在那里。无论是斥责还是鞭打都无法让他屈服，他咕哝说：“这一切都值得。”

我们都曾看过自己上学时的老照片。多年前的小学生凝视着我们——英雄、恶棍、学习尖子、调皮鬼，都微笑着，仿佛那一刻将成为永恒；好像时间永远不会让他们把校服换成套装或工作服，永远不会让他们把糖块换成公文筐，或者不会要求他们放下玩具水枪去撰写企业计划。

明日的承诺

电影《死亡诗社》里也有类似的情景。一群少年和他们的老师穿过学校的走廊，留下了老照片。照片上许多年轻人的眼睛都凝视着远方：脸上写满了憧憬，他们刚刚踏上人生的旅程。可是现在，他们中有许多人已经离开了人世，发生在德国、法国和越南的战争夺去了他们的生命。

平常唧唧喳喳的学生们在看到前辈校友的老照片时都会变得安静，老师会在他们的耳畔轻声重复那句拉丁文谚语：“抓紧时间——只争朝夕”。这显然意味着我们中没有一个人的明天会确定无疑，我们需要尽可能利用**今天的**每一个机会。

摘下那些玫瑰花蕾，
趁它们还在盛开。
时光没有停下脚步，
这些花朵今天还在微笑，
明日就会枯萎。^[1]

——罗伯特·赫里克



目标1 只争朝夕

00 棒孩子 父亲造

“抓紧时间”的原则用在各位父亲身上再合适不过了。这是因为孩子们的童年之门关闭得太快了，而且永远不会再打开。我们没能和自己的孩子共度欢乐时光的原因之一就是，我们相信总会有明天。这个错误让我们在孩子童年时总是说：“等一会儿”“明天”“下个星期”“对不起，我知道自己向你做过保证，不过要等到下一次。”

那些年，孩子童年的大门洞开着。他们想和我们在一起；他们往往并不是希望能和我们一起干点儿什么，只是想让我们和他们待在一起。他们幼小的心灵之门是敞开的，我们有机会向他们灌输我们认为重要的东西，这是把我们相信的东西告诉他们的好机会。

我们的整个生活都建立在小时候学到的东西上。

罗伯特·福尔格姆在他的著作《那些人生最重要的道理我在幼儿园都学过》^[2]中，说明了早年学到的东西是如何奠定我们整个生活基础的：

我对怎样生活、做些什么以及怎样去做的必要知识都是从幼儿园学到的。聪明才智不在研究院的象牙塔之巅，而在主日学（指星期日为儿童进行宗教教育的学校，大多设在教会中——译者注）供儿童玩耍的沙堆上。

沙堆上学到的智慧

分享一切；

游戏要公平；

不要仇恨别人；

把东西放回原处；

整理好自己的东西；

不要拿不属于自己的东西；

伤害了别人，要说对不起；

饭前要洗手；

保持旺盛的精力；

热饼和凉牛奶有益身体健康；

过一种平衡的生活——每天要学习、思考、绘画、唱歌、跳舞、玩耍和工作；

每天睡午觉；

出门时要注意车辆，手拉手；



保持好奇心。

记住塑料杯中的种子：根茎向下伸展，植物向上伸展，没人真正懂得其中的道理，可是我们都喜欢这个实验；

金鱼、仓鼠和小白鼠，甚至塑料杯中的小种子——它们都会死，我们也会死；

记住迪克和简的书，还要记住你学到的第一个字——最重要的一个字——看。

孩子们喜欢收到信。如果你不得不出远门，那就给他们写封信。

经常给你的孩子**朗读**。

每天都告诉你的孩子，**你爱他们**。尽可能经常用动作表达你对他们的爱。

THE SIXTY MINUTE FATHER

33



关闭的童年之门

即使你的孩子年龄尚小，我也要谈谈有关青春期的问题，因为也许这些问题正在不远处等着你。现在你的孩子会把他们的心里话都说给你听，以后他们可能却只会对你咕哝几声。现在他们喜欢在街上牵着你的手，以后他们可能根本不愿和你待在一起。现在他们晚上9点上床睡觉，以后你可能要等到半夜，还会怀疑是否能够再见到他们。你可能觉得他们的卧室现在很不干净，而以后你可能需要先打一针破伤风疫苗才敢进他们的房间。

真的，如果你在孩子们5岁到7岁时倾听他们，那么他们到了15岁、16岁或17岁时也会倾听你。

以前，我的儿子经常在早晨跑到卫生间对我说：“爸爸，你刮胡子的时候给我讲个故事吧。”我们虚构了一个名为汤米的人物，这个人物总爱搞一些恶作剧。劳埃德最喜欢的一段故事是学校里的恶棍捉弄汤米，却不知汤米实际上是他的同道……他没料到汤米恰好是位空手道高手。

他每天都让我讲这些故事。可是有一天他没有来。他事先并没有给我写张明信片，提醒我有一天他不会再来听故事；他也没有说一声：“对了，老爸，这个早晨是最后一次了。”那



目标1 只争朝夕

00 棒孩子 父亲道

是一个阴雨连绵的冬日，早晨7点，那扇门一直静静地紧闭着。

这不但是一个讲故事的机会，也是和孩子共处的机会，而且这个道理对所有的童年经历来说都是千真万确的。这个时期，孩子们想和我们待在一起，他们想听一听我们在想些什么，问一问他们觉得重要的问题，听一听我们的答案。

哈利·查宾在《摇篮里的猫》^[1]这首歌中，对这样一些飞逝的机会进行了描述。那是一首关于小男孩的歌，这个小男孩每天都希望他的父亲抽出时间陪他：

“你什么时候回家，爸爸？”

“我不知道什么时候回来，
不过我们到时候就能在一起了，
你知道，那时我们会玩个痛快。”

可他的父亲是个大忙人，“要去赶飞机，要去付账单。”歌中继续唱道，孩子从一个蹒跚学步的幼儿长到了10岁，他总是在说：“爸爸，来和我一起打球吧！”而那位父亲总是保证说，很快他们就有时间在一起了。

事情终于发生了，时间跟我们开了个玩笑，孩子突然长大成人了。现在，他的父亲有了时间——可是那扇门却永远关上了。

噢，他几天前从大学回来，
他长成了男子汉，
“孩子，我为你感到骄傲，能坐一会儿吗？”
他摇了摇头，微笑着说——
“爸爸，我其实只是想借你的汽车钥匙用一下，
回头见，你能借给我吗？”
“你什么时候回来，儿子？”
“我不知道什么时候回来，
不过我们到时候就能在一起了——
你知道，那时我们会玩个痛快。”

想到这些事情，我们中间没有几个人不会觉得愧疚。毫无疑问，孩子年幼的时候，我们在他们身上花费的时间很重要，我们这样做的好处是，无论他们多大——3岁或33岁——我



们都能在他们的生活中占据一席之地。许多人，在离家多年后才会重新审视他们与父亲之间的关系。可是，即使在这个阶段，同样需要两个重要的因素，就像我们的孩子年龄尚小时所需的因素一样：时间和只争朝夕的勇气。

然后，我们再来想想那些18岁的少年。设想一下，沙漏中装的不是沙子，而是日子。孩子刚刚出生时，沙漏里装着6 570个日子。如果你的孩子10岁，那说明3 650个日子已经溜走了。你只剩下2 920个日子。金钱、权力或威望都无法让这个数字变大。

文森特·福斯特说得对：“任何一天都别错过。”

没有一个人会在弥留之际说：“我多么希望能在办公室里多待一会儿。”

孩子们的童年之门关闭得太快了，而且永远不会再打开。

他们年幼的时候，我们有机会向他们灌输我们认为**重要的东西**，这是把我们相信的东西告诉他们的好机会。

THE SIXTY MINUTE FATHER

39

如果我们能在孩子们5岁到7岁时**倾听他们**，那么他们到了15岁、16岁或17岁时也会**倾听我们**。

如果你的孩子10岁，那说明**3 650**个日子已经溜走了。

文森特·福斯特说得对：不要错过任何一天。

休息片刻

几乎所有的父亲都会说：“同意！我想尽可能和家人待在一起。”当然，问题是我们没有足够的时间。还是让我们正视这个问题，**你总是日理万机**，连读这本书的时间都没有，哪有时间去和自己的孩子建立亲密的关系？

如果我们能像下面这样做，就太棒了：走进老板的办公室或者写信给股东，告诉他们：**“好消息！我要成为更棒的父亲。”**这意味着

THE SIXTY MINUTE FATHER

41

我要缩短工作时间，另外，请不要往我家里打电话。”问题是，现实世界不会停下来等着我们成为一名好父亲。**实际上，有太多的事情要做**，我们根本做不完。可是，时间上最大的压力往往是不必要的繁忙，而这繁忙又是我们自己制造的。

下一个目标将带领我们走出三大误区，帮助我们解决这个问题。每个误区的影响都很大，最后一个更是竭力抢夺我们宝贵的时间。从某种意义上讲，这个误区是独一无二的，我称之为：“**误区中的最大误区**”。

14岁的时候，我觉得自己的父亲如此无知，以至于我很难和他相处。可是等我长到21岁，我吃惊地发现，老爸居然知道那么多东西。

——马克·叶温

GOAL 2 TO DISPEL THE ILLUSION

目标2 走出误区



棒孩子 父亲造

THE SIXTY MINUTE FATHER



44





目标2 走出误区

◎ 棒孩子 父亲造

误区1 —— “我别无选择”

上午10:50。你的汽车在快车道上飞驰，30分钟内你必须赶到会场。道路异常清晰，雾已经散去。突然，你发现自己燃料表上的指针已经进入了红色区域，油不多了。你感到胃里一阵不适，可是你抬起头，看到路标指示，1英里外有个加油站。你把车速降了下来，驶入慢车道，可是你又突然改变了主意，小声对自己说：“这些油足够了，开完会我再去加油吧。”你和加油站擦肩而过。

你差一点儿就成功了。要不是堵车，你早就到了。可是偏偏堵车了，结果你不得不在公路上艰难地推着车，满心希望会议能晚点儿开始。你问自己：“我刚才为什么不停下来加油呢？”这个问题的答案不仅仅是时间紧迫；实际上，答案就在你的性格里。

我们当中，有些人的性格使他们形成了特定的生活方式。看一看，你具有下面的哪些性格特点：

我们做事利索，走路快、说话快、开车快——在节假日也一样。一个阳光灿烂的下午，整个世界似乎都在安详地随着缓慢的河水向前流动，只有我们除外。我们要和鸭子赛跑，女人在岸上走，男人则划着船逆流而上。风平浪静时，我们自己制造波浪。

我们非常喜欢竞争，什么事情都要一争高下。我们尴尬地发现，就连和小孩子玩棋盘游戏的时候，自己也拼命想战胜他们。

我们不能错过任何一个电话。对我们来说，最糟糕的事情莫过于拿起电话对方却挂机了。如果碰上这种事情，我们就开始给别人打电话，询问他们：“刚才你给我打电话了吗？”

堵车时，我们不停地变换车道，即使我们知道，自己刚刚进入的车道永远比刚刚离开的车道要慢。

我们一发动汽车，马上就进行数学计算——“斯托克离这儿 90 英里。如果时速每小时 90 英里，我一小时就能到达那儿。如果时速每小时 180 英里，只需半小时。如果时速每小时 70 英里……不，这太难了。”

数字让我们神魂颠倒。出远门时，我们坐进汽车的第一件事就是调整里程表。我们琢磨这些数字，并不是想做什么，我们只是想知道我们走了多远。

我们一心多用。也就是说，我们同时做许多事情。我们可能一边给孩子读睡前故事，一边给客户打电话，同时还在填写我们的消费表格。

我们发现自己很难放松，节假日经常生病。

目标2 走出误区

◎ 棒孩子 父亲造



47

你相信下面的说法吗？

我们痛恨自己的汽车因为需要加油而不得不停下来。为什么我们如此痛恨这件事？因为我们驶入加油站时，眼睁睁地看着超过我们的汽车和卡车呼啸而过。

现在，当然很少有人会同时具备上述全部特点，可是我们中的许多人都会和某些特点沾上点边。实际上，无论在工作中还是在家里，这种生活方式都称不上是高效的。这些人往往还有另一个特点……

……他们总是长时间地工作，无论是否必要。

THE SIXTY MINUTE FATHER

49



认识自己

我们每个人都会遇上不得不长时间工作的情况。我们不能总是把家庭放在第一位，我们还要加班、写报告、视察分公司。

如果我们知道自己别无选择，那么即使无法与孩子想待多长时间就待多长时间，我们也可以忍受。真正的悲剧是，我们自己制造压力，是我们用自己创造的虚假“繁忙”夺走了与家人共处的宝贵时间。我们明明在周五加班了，就可以过一个轻松的周末，可是我们没有把工作干完，因此我们要在周六上午“去工作几个小时”。可我们会发现，直到下午5点钟，我们还在办公室，因此决定把部分工作带回家周日做，这样我们在周一之前就可以把手头的事情都做完。

这一切都挺好，我们已经这样生活了15年；长时间的工作已经成了一种生活方式，我们不停地工作，却不考虑这种工作是否必要，实际上，工作满足了我们的内心需要。

干劲十足的员工有一个重要标志，那就是：即使计算机出了问题也愿意加班。可是，关键问题是我们是否有必要加班。为什么加班如此令人着迷？因为加班似乎在对我们说：“你干的是多么重要的工作呀——如果没有你，我们该怎么办？”



目标2 走出误区

60 棒孩子 父亲造

最近我和一个人谈话时，他说：“在我们公司，即使所有的工作都完成了，我们也不敢6点回家。我们那儿有一条不成文的规矩，你要待到8点钟，然后带着疲惫的样子回家。”

这是真的吗？也许我们能在5点离开办公室——我们似乎终于可以去参加孩子学校的音乐会了——可是，等一等，“我要到走廊那边去看看传真到了没有。也许，我得再打个电话。”

直到午夜，好像一事无成。詹姆斯·林对此进行了总结：“不要告诉我你工作了多长时间，我需要你回答我，你完成了什么。”

别无选择的孩子

吉姆43岁时失业了。两年后，他找到了一份工作，这份工作要求他每周工作60个小时，他没有答应。在我们的工作中，总会发生许多事情，让我们不得不加班加点、疲惫不堪地回家，第二天又走出家门。我们对这样的时间安排无能为力。但是，如果我们选择这种生活方式，问题就出现了。

我们进门后的第一件事就是：“有我的电话吗？”我们喜欢显得很积极，尽管我们不

敢承认——是我们自己制造了繁忙。这就是问题的关键所在。有些人需要繁忙。不仅仅是工作使我们远离自己的孩子——而是我们对每个人请我们做的每件事都说“是”。我们喜欢繁忙，我们想成为别人需要的人。

因此，经常对整个世界都说“是”的人，最后却对那些最亲近的人说“不”，对那些最需要我们的人说“不”。

贾尼斯是一个17岁的女孩，她8岁那年，父亲离开了人世。去朋友家的时候，她注意到，尽管有些朋友和他们的父亲很亲密，可是，还有许多朋友的情况和她一样。后来，她意识到这些孩子的父亲虽然活着，却心甘情愿地被繁忙夺走了……这是她写下的一段话：

妈妈非常坚强，我为她感到无比自豪。不过，想到自己失去的，我偶尔会有点伤心，特别是当我听到别人的父亲谈论某些特殊时刻的时候。但是，我知道，如果爸爸活着，他可能是一位称职的父亲。真正让我感到难过的是，有些父亲竟然选择不陪伴自己的孩子。

贾尼斯说得对吗？她的父亲不在人世，所以没法陪伴她。可是，是不是有些孩子的父亲虽然活着，也不能陪伴自己的孩子？难道爱自己孩子的好父亲会选择陪伴孩子吗？



目标2 走出误区

00 棒孩子 父亲造

是的，是有这样的父亲选择不陪伴孩子。因为无论贫富、贤愚，每个人的时间都是有限的，我们所作出的每个选择都排除了其他选择。有一句东方成语是这样说的：顾此失彼。选择不是主要问题，但是，一旦作出了选择，就意味着选择了一种生活方式。

一则现代寓言

年轻的情侣一起走出了医院。他们怀里抱着一个6磅重的小包裹，一边走一边为取什么名字争论着。此时的他比以往任何时刻都感到骄傲自豪。

妻子先上了车，他弯下腰把孩子递给她。然后，事情发生了。汽车上的电话响了。他现在已经记不清当时自己为什么会那样做，可当时，他腾出了一只手去拿电话听筒。突然，时间好像凝固了一样，孩子在他的手上失去了平衡。他的妻子吓得惊叫了起来，他扔下电话，抱住了孩子。打电话的人挂断了电话。

那一天，电话没有占到上风。可是，就在那一刻，电话发誓，以后永远不会让那个孩子占据优势。它策划了一场轰轰烈烈的运动，要把这位父亲与自己孩子相处的时间夺走。

这件事情发生在18年前，从那一刻起，电话总是在睡前故事最带劲的时候响起，或者在棋盘游戏快要结束时响起。后来，会在父亲和自己十几岁的孩子

开始谈论重要事情时响起。电话总是向这个人保证，它不会占用他太多时间，他很快就能接着干自己的事情。这么多年，这位父亲从来没有识破电话的诡计。电话一次也没有失败过。

18岁的孩子离开家之后，电话就不再响了。因为电话完成了复仇计划。

这则寓言让我想到了自己的经历。我女儿很小的时候，喜欢在睡前听我给她读故事。好像每次我们要读到故事最激动人心的部分时，电话都会响起来。她会说：“哦，爸爸，让它响去吧。”对我来说，她的这个请求就像请我飞翔一样，是不可能的。“就一小会儿。”我一边说，一边三步并作两步冲下楼梯。

一个电话往往会引出别的电话，当我想起自己还没有把那只青蛙变成王子，便又急急忙忙跑上楼。可是，孩子的眼皮已经开始打架了，这就是我所作选择的结果。

其实，我完全可以作出别的选择。我一生中接过千百个业务电话，其中许多电话都声称“有急事”，可是真正连20分钟都等不及的重要电话却屈指可数。我们往往在意别人的请求，并根据提出请求的人来确定它们的优先等级。我们一般首先关注老板、密友或其他重要客户提出的请求，他们的电话往往能够得到迅速的答复，并且无论压力如何，我们总能挤出时间。



目标2 走出误区

00 棒孩子 父亲道

问题是，孩子们不像老板、客户或同事拥有那么大的权力。无论是给咿呀学语的孩子讲睡前故事，还是和10岁的孩子一起制作模型，或者是帮助十几岁的孩子学习历史，我们都能轻描淡写地推辞掉：“明天再做吧。”

现代生活中的40秒父亲

在对父亲进行的一次调查中^[4]，我向他们提出的一个问题是：“你认为自己每天花多少时间和自己的孩子谈话？”大部分父亲都估计为每天15~20分钟。为了对此进行验证，研究人员为这些父亲和他们的孩子带上麦克风，以准确测定父亲与孩子之间进行沟通所花费的时间。这些大忙人平均每天与自己孩子相处的平均时间为40秒，其中还包括三次偶遇，每次10~15秒。在另一项调查中^[5]，父亲们每天花3分钟与自己的孩子交谈。调查同时显示，他们的孩子每天看电视的时间超过了3小时。

蹲下来与孩子交谈，**用你的眼睛倾听。**

孩子长大一些后，要**尊重**他们的隐私。进入他们的卧室前要敲门，**绝对不要**搜查他们的房间，**除非迫不得已**。千万不要读孩子的日记。

THE SIXTY MINUTE FATHER

57

如果你的孩子已经十几岁，陪他们一起去看他们喜欢的乐队演出。提前一周听一听乐队的部分乐曲——这能帮助你到时**减少痛苦**！



富裕的乞丐

我记得，有一次我和5个年轻人谈话，我花了3小时为他们制定创建公司的战略。工作结束后，我问道：“你们不介意我问几个问题吧？”坦率地说，无论他们是否介意，我都会问的。“你们谁成家有孩子了？”结果发现，他们都已结婚生子。于是，我对他们说：“我最担心的是，虽然10年以后你们会比现在有钱，但实际上你们这10年却会活得像个乞丐。”

其中有一个人说：“我知道你的意思。”他接着说道：“早晨5:30，闹钟就会把我从睡梦中惊醒；大约7点钟，我就要到办公室。有一天，闹钟出了毛病，8点钟才响，我暴跳如雷。6岁的儿子对我说：‘爸爸，你怎么现在还在家？你要送我去上学吗？’我牵着他的手送他去学校，一路上我们快乐地踢着树叶。”他说：“我对自己说，为什么我不能经常这样做呢？”

这可能是因为他没有别的办法，但是，也许是因为他还没有意识到……这是他自己作出的选择。

误区2——“我整天都很忙”

“你根本不知道我有多忙，”那个男子喊叫道，“我真的希望能按你所说的那样做，可是我抽不出时间，我整天都很忙。”



目标2 走出误区

00 棒孩子 父亲墙

“我整天都很忙”，多么令人费解的表达。它到底意味着什么呢？一生中，我们平均要花6个月来等红绿灯，花23年睡觉，花2年来找东西。当然，关键问题是，在睡觉、找心爱的领带以及等红绿灯的时候我们不可能再干别的事情。

毫无疑问，时间是非常宝贵但又不断减少的资产，它当然不是一种普通的商品。我们无法租赁、买卖、抵押或储存时间，因为就在我们这样做的时候，时间已经溜走了。我们只能消耗时间。世界上最精明的商人也不得不承认，时间是一种非常难以控制的资产。

乔的故事

乔·森德兰是一家工厂的领班。因为要与工人直接联系，所以他需要完成许多文书工作。和世界上每个拥有办公室的人一样，乔也有他自己的一方天地，有一个“问题文件”。这个文件大约9个月前就已经建好了，并且变得越来越可怕。他觉得如果现在靠近它，里面就会跳出一些鬼怪把自己吃掉。实际上，如果他认真对待，3小时就可以把这个问题解决掉。

过去的9个月里，乔几乎在每个周一的清晨都会下决心去处理这份文件，可是他太忙了——他没有时间：干别的事情要容易得多。一个周三，他收到总部的一封信，信上通知他，

如果在7日内得不到他的答复，他就再也不用来上班了！接下来的日子里，他早晨7点就赶到办公室处理这个文件。在中午11点举行第一次会议之前，他有4个小时的时间。我们来看看发生了什么：

场景1 办公室

7:00 他坐在办公桌前盯着那份文件喃喃自语：“动手之前，我得先泡杯速溶咖啡。”他穿过走廊，来到饮料机旁边。苏珊正好也在那儿，他们聊了起来……

7:40 他回到自己的办公室，看到了一张纸条：“给汤普金斯打电话。”这张纸条已经放在那儿两天了。他想：“如果我能把 he 打发掉，就能专心处理这份文件了。”

8:50 汤普金斯很啰唆，后来还生气了。乔决定给自己的老板打电话讨论这件事。可是，他首先需要一些文件。他的秘书还没有上班，因此他开始在文件柜里翻找……

9:20 给总部打电话。

9:50 比尔推开门，探出半个脑袋说：“我能占用你一分钟的时间吗？”（不管



是谁对你这样说，都不要相信他们——因为他们在说谎）乔笑着说：

“当然可以——我正要休息一下。”

10:25 比尔离开了。乔想：“现在无从下手了。”于是就转向一大堆电话记录。

16:00 “我要给总部打电话，告诉他们我还没能开始处理这份文件。我从早到晚都非常忙。”

16:05 总部并没有对他表示同情。

场景2 乔家中客厅

乔推门进屋。他的儿子已经等他一小时了。

19:15 “爸爸，你去哪儿了？再过15分钟比赛就开始了！”

“真对不起，工厂里有重要的事情处理。今晚我必须赶回去，处理一份文件，并给总部发传真。”

“乔，你向孩子保证过——孩子从放学后一直在等你。”

“听着，你们谁都不明白我的压力有多大。我从早到晚都非常忙……”

乔治的一天

周二早晨，正当乔赶往办公室的时候，大洋的另一端，一位男子正在酣睡。6小时以后，当乔治·布什起床时，他还不知道这一天将要发生什么事情……

上午11时，前苏联解体了；中央情报局想往那里派出1000名间谍，以防事态再次发生变化。萨达姆·侯赛因驱逐了第三批观察员，而以色列宣称：“不贷款就没有和谈。”每个人都想请他就此发表意见，或者期望他派出军队去解决问题。

这是他最忙的7个小时。可是，下午4点的时候，乔治却轻松地打起了高尔夫球。晚饭时，芭芭拉问他：“亲爱的，今天过得怎么样？”“糟糕透了！”乔治说，“我在第9洞打了个空杆。”

乔或者乔治都度过了最繁忙的一天吗？谁知道呢。可是我知道，那天这两人中的乔治·布什做了自己想做的事情，无论在工作还是在娱乐方面。他通过以下3种方法做到了这一点：有效利用时间、认真规划和真正的毅力。

乔的一家那天晚上付出的代价是完全可以避免的。他应该能够完成自己的工作，满足孩子的心愿。实际上，是他自己制造的繁忙抢走了他的时间。更可悲的是，没有多少这样的夜晚可供他浪费。乔治·布什现在不是总统了，可是人们还是乐意和他一起打高尔夫球。

我们只能对乔和他10岁的儿子说祝他们好运。



误区3——“误区中的最大误区”

营销公司的总经理走到活动挂图前，开始向他的6名关键职员介绍情况，这6人都是广告界最精明、最富于创意的精英。

他们当中，有一位女士，她所创意打造的广告语让一家软饮料公司的销量增加了两倍，第二排那位懒洋洋的男士提出的宣传口号曾让一家二流银行跻身十强。

总经理沉默了片刻，说道：“我们这项工作中的客户非常普通，但是任务极富挑战性。我们需要构思一个计划，让父亲与自己孩子相处的时间更少。”

“太简单了！”后排传来一个声音，“让他们在这儿工作。”

总经理皱了皱眉头，接着说：“你们必须各自为战，一周后上交每人的计划。奖励是董事会中的一把交椅。下个星期三上午10点整在此碰头。”

一周后，凌晨2点，就在开会的那个早晨，发生了如下一幕：查尔斯已经花了7天时间，抽了300根香烟，用掉了10包A4打印纸，最后不得不放弃。突然，他眼前一亮——一条如此简单、如此迷人、效果如此绝妙的警句出现在他的脑海中，他知道自己赢了。他微笑着关了

灯，决定最后一个发表自己的意见。

7小时后，他等待会议的召开，不时环顾火药味十足的会议室。他笑了，因为他注意到自己的大部分同事怀里都紧紧地抱着一个文件袋，好像生怕竞争对手在最后一刻剽窃自己的创意。总经理终于宣布会议开始。吉姆第一个发言：“我们将告诉各位父亲，长时间工作是为了他们自己的孩子。美好的假日、电脑游戏、时髦的衣服都需要钱。”接着，他进行了总结……“爸爸不在家，是因为他想给你最好的。”

总经理不为所动，尴尬地咳嗽了几声，毕竟，这些人都是他的得力干将。下一个发言的人表现得更有希望：“我的口号的核心是把工作置于家庭之上：‘现代男人，努力争取更美好的明天。’”

第二排传出了呕吐的声音，有人假装不舒服。已经有5人亮出了自己的最佳创意。总经理正拿不准应该告诉客户自己需要更多时间，还是应该让半数的手下走人，就在此时，第6人走上了讲台。

查尔斯站在讲台上，微笑着，他还没有开口说话，大家就知道他赢了。他们曾经看到过这种微笑。只有在每次民意调查名次靠后的政治家最终获胜时，才会出现这样的笑容。

他说，“我们告诉这些父亲，他们的家庭需要他们，他们与自己孩子相处的时间很短暂，



孩子的童年之门关闭得太快，而且永远不会再次开启。我们将告诉他们，如果他们现在不花时间，多年以后，他们会满怀遗憾。”

总经理被搞糊涂了，怀疑不是自己疯了就是整个团队疯了；可是第6个发言人的话还在继续……

“我们将告诉他们，应该挤出宝贵的时间和家人共处。”他故意停顿了片刻。

“可是，我们要说，现在的生活真的太忙，忙得腾不出空来，我们只能**明天**来作个计划……只能**明天**了。”他手舞足蹈地说出了自己的想法。总经理喜不自禁，小组中的其他人明白自己输了，都失望地叹着气……

……“过些天，我
就可以放慢节奏。”



正是“过些天我就可以放慢节奏”这个承诺使《摇篮里的猫》这首歌中的父亲说“那时我们会玩个痛快”。我们总是希望企业建成后、新电脑工作正常以后、紧急工作完成以后、房子装修完以后……就有时间了。

如果我们意识到这样下去，放慢节奏的日子永不会来临，我们的生活将彻底改变。那是“误区中的最大误区”，因为我们总是利用它来制造繁忙。

如果我们想和这些父亲有所不同，那就需要**马上**行动。你的这个决定一定要具有操作性，要与就寝时间、周六球赛、故事和汉堡包联系起来，一定要将这些内容从繁忙的生活中凸显出来，并且就在今天行动。

雷是一名出色的讲师，全身心投入在大学工作上。他整天批改作业、开会、发现问题，但他总是相信下个星期可能会更轻松一些。30年来，他一直这么想。有一天，轻松的日子终于来临，系主任和所有的同事对他30年的勤奋工作表示感谢。具有讽刺意味的是，他们送给他的礼物竟然是一个钟！

不要告诉我你工作了多长时间，我需要你回答，你完成了什么。

真正让我**感到难过**的是，有些父亲竟然选择不陪伴自己的孩子。

（贾尼斯，17岁，她的父亲在她8岁时离开了人世）

问题是，孩子们不像老板、客户或同事拥有那么大的**权力**。

那天乔治·布什做了自己想做的事情，无论在工作还是在娱乐方面。他通过以下3种方法做到了这一点：**有效利用时间、认真规划和真正的毅力**。

将一个晚上定为“**不看电视之夜**”，安排全家人一起做些富于创意的事情。

如果专门留出时间给孩子，在这段时间内你要想方设法不接听电话。

培养家庭传统。这就如同每个星期六晚上烤汉堡包一样简单。你的孩子盼望着这样的家庭传统，他们长大成人以后还会牢记在心。

记住“**误区中的最大误区**”
是，你总是相信“过些天，
我就可以放慢节奏”，要明
白你这样下去，慢节奏的
日子**永远不会来临！**



成为一名棒极老爸：最重要的词

要成为一名棒极老爸，只有一个词是最重要的。只要你和我围绕着这个词取得了成功，那么我们是不是模范父亲并不重要，我们是否尝试了各种方法也不重要。尽管我们谈论了留出时间和孩子们共处的重要性，你仍然可以是一位整天忙忙碌碌的父亲。你若领会了这个词的精髓，你不仅会欣赏自己的孩子，还会给予孩子终身的安全感。

而且，你孩子成年之后，在你问他你是不是个好父亲时，他使用的就是这个简单的词。以下8个目标都是围绕着这个词展开，这个词就是……

关系

GOAL 3

TO GIVE LOVE

WITHOUT STRINGS

目标3 无条件地爱你的孩子



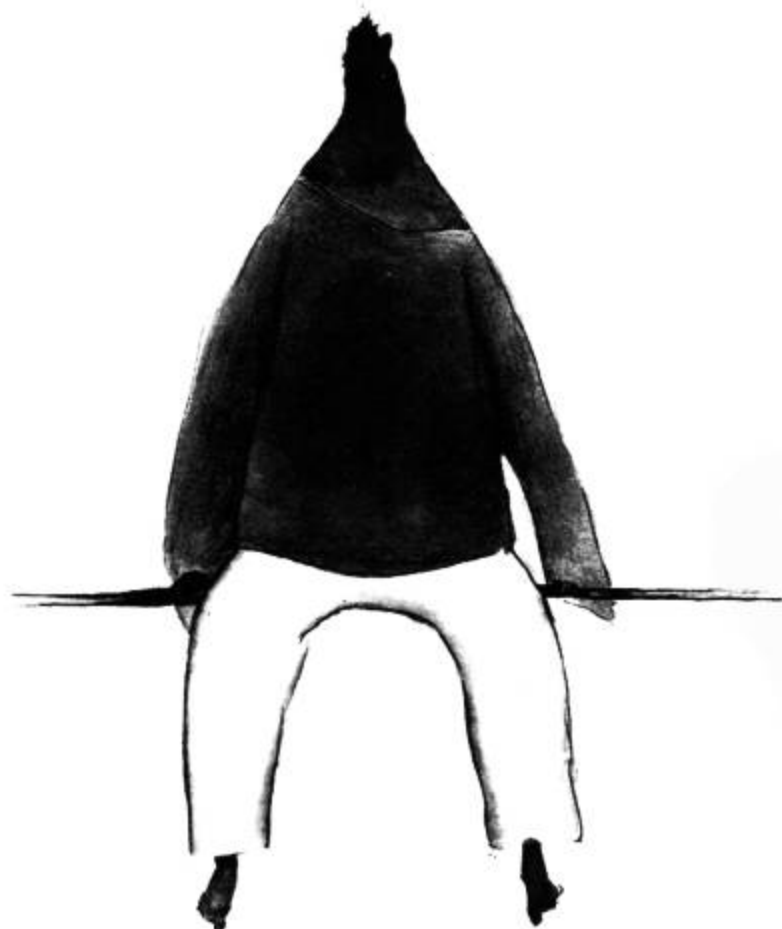
棒孩子 父亲造



THE SIXTY MINUTE FATHER



74





目标3 无条件地爱你的孩子

00 棒孩子 父亲道

给我片刻时间，让我们一起回首往事吧。你穿着短裤，头发理得令人终生难忘。也就是说，你那时的样子与你母亲放在餐具柜顶上照片中的你一模一样，当时你10岁。

你站在学校的操场上。试着想象一下这样的情景：两个男孩靠墙站着，眼睛盯着一大群孩子，他们正在选各自的队员。

“我要彼得。”

“我要格雷厄姆。”

你忽然意识到自己的名字将被最后一个叫到，这时你的胃似乎在翻腾。那两个男孩继续点名，“哈里！马克！吉姆！西蒙！”你开始想吐。这时有人叫了你的名字！被选出的孩子和剩下的孩子之间有道明显的分界线，你跨过了这道界线，意识到自己并不是最后一个，而是倒数第二个，剩下的那个男孩低着头，站在你的身后，你知道自己用不着担心，因为那个男孩总是最后一个。

这两个队长根据什么选择队员呢？友谊或许起了一定的作用，当然不排除小小的贿赂，比如一两块硬糖就可以影响队长的决定，但毫无疑问，主要还是根据能力。他们当然要选能赢的人当自己的队员。

实际上，我们大多数人都从来没有离开过这样的操场。只不过不再是当年的这两个队长

来挑选我们，而是换了组长、老板、同事、股东等来挑选我们。我们也知道，只要我们能赢，他们就要我们。

就从这次操场上选人开始，我们意识到，如果我们能够成功，就会有人喜欢我们，甚至爱我们。漂亮的婴儿最招人喜爱，阿姨们喜欢听有天赋的孩子拉小提琴；我们成功的时候就会有人发奖。但是，父亲的爱与此不同。

终生适用的原则

开启孩子心灵之门的钥匙就是让他知道，我们始终如一地爱他。要想建立亲密的关系，世界上没有一种力量能与无条件的爱相匹敌。

我好不容易才懂得这一点。我记得，有一次我女儿放学回家，气喘吁吁地跑进门，高兴地喊道：“爸爸，我数学考试得了95分。”我向这个小女孩提出了两个问题——“为什么丢了5分？”以及“你在班上是第几名？”

这段记忆并不让我感到自豪。凯蒂将来肯定会遇到许多因为成功而喜爱她的人。我想激励她尽可能做得更好，但是更重要的是，我还想让她知道，我对她的爱不是基于她的成功，而



目标3 无条件地爱你的孩子

00 棒孩子 父亲道

是因为我是她的父亲。

一位朋友让我明白了这一点。我见识了他如何对待他取得好成绩的儿子。他们的对话大致如下：

“噢，好儿子，不要再让我们把心悬着了——成绩单上写了些什么？”

“我全部通过了，爸爸，6门功课都是‘A’。”

“我真为你自豪。你学习真的很努力，当然应该得到好成绩。不过，此时此刻，我还想再次提醒你一件事，我想你已经知道我不会因为你做得好而更加爱你。无论怎样我都爱你，如果你回家告诉我每门功课都没有通过，我可能会很失望，但是我对你的爱一点儿不会减少。你永远都不要忘记这一点。这是你和我之间终生的原则。”

无条件的爱

我记得一次研讨会结束后，有一个人来找我。尽管我已经从许多人那里听到过类似的故事，但我还是仔细倾听了他的叙述。他说他放学回家告诉父亲，自己在音乐比赛中获得了全县第二名。他告诉我：“我的父亲问：‘难道你永远得不了第一名吗？’”

他说：“我已经快 55 岁了，有 200 多名部下，也有了自己的孩子，可是我还在努力向父亲证明自己。”

当我们无条件地去爱时，我们就能相互接受。我们可能在一场足球赛中欢呼 50 次，但是我们不会因为自己的孩子不会踢球而打击他。我们的女儿可能太胖了，同学们都嘲笑她，但是我们绝不会拿她开玩笑。

有这种父亲的孩子知道，在赛跑中不管他们是获胜，还是成为最后一名，不管他们是胖是瘦，成功还是失败，他们都能得到父亲的爱。我们对他们的奉献不是基于他们的成功，而是基于我们之间的关系。

我的一个朋友最近参加了一次非同寻常的学校颁奖典礼。不是校长使这个典礼与众不同：校长只是站起来，优雅地念着获奖学生的名单。也不是奖品使这个典礼与众不同：一般的奖品都是书籍和证书。甚至也不是孩子们使这个典礼与众不同，尽管我们不得不承认这不是一个普通的学校典礼。

不，不是这些，而是所设的奖项使这一特别的典礼与众不同。校长念出各项奖项时，没有一个人会怀疑这些孩子的确取得了非凡的成就。不过，人人都知道，全国几乎每个学校任何年龄的孩子都可以得到这些奖项。



目标3 无条件地爱你的孩子

60 棒孩子 父亲造

当校长念出获奖人的姓名以及获奖原因时，观众们都在认真倾听。“马克，因为他可以自己吃饭了；理查德，因为他学会自己擦鼻涕了；苏珊，因为她可以背诵一首诗并且能够自己刷牙了。”

这所学校是一所看护严重智障儿童的学校。有些孩子步子不稳，有些孩子则蹦蹦跳跳，他们上台领奖，每个人的眼睛都湿润了。不过，这不仅仅是感动：从某种意义上讲，这是一种精神活动，几乎来自另一个世界。为什么这种活动如此与众不同？

我认为，答案非常清楚。在这个社会，我们通常习惯于颁奖。当那些正常的男人、女人、孩子成就非凡时，我们才会给他们颁奖。我们中有些人在演艺圈中生活，但是大部分人永远不可能登上洛杉矶的舞台领取奥斯卡奖。会有成千上万的人在学校运动会中得奖，但是没有几个人能登上世界大赛的领奖台领取金牌，唱响自己的国歌。

不，大部分颁奖针对的是我们想成为的那些少数人。这所学校的颁奖对象则是我们永远不想成为的那些人，不过，这些人得到了认可和赞扬。

后排的父亲们欢呼着鼓掌，兴奋地叫喊着。难道这些父亲不想看着自己的儿子或女儿在当地学校的运动会上打破纪录吗？不，他们希望那样；有时候他们甚至做梦都想那样。可是，他们已经知道，父爱的核心就是包容。

请和我一起再去另一个地方。这一次的场景是一些取得胜利的孩子。足球队经理年轻的儿子刚刚上演了帽子戏法（1人射入3球），现在正坐在队友的肩膀上，高举着奖杯。一位家长（他的孩子从未离开过替补席）来到这位球队经理的身边，说：“你一定为自己的孩子感到无比自豪。”

这位家长的孩子坐在那里，低着头，也许是经理听到了家长和他孩子的对话，缓慢地说：“踢球之前我就为他感到自豪，即使他从不得分，我依然为他自豪，因为他是我的儿子。”

包容并不意味着我们不让自己的孩子努力做得更好，也不意味着我们不希望他们有所改变。包容的含义是我们不要让他们背上包袱，试图成为他们不可能成为的人。

我们希望孩子成功，可是更希望孩子成人。因此，孩子需要一种安全感。如果一个孩子意识到，即使自己没有姐姐聪明、干净，也没有姐姐那么漂亮，可是依然被爸爸妈妈深深地爱着，这种安全感是无可比拟的，这可以成为亲密的父子关系的最佳途径。

和孩子一起做顿饭，孩子很小就能帮你做饭！这一点恐怕超出你的想象。

经常给孩子量身高。制作一个表格，记录孩子的成长，**碗橱门就是个不错的地方**。

尽可能和孩子一起用餐。

和孩子一起观看他们喜爱的电视节目，并且设法对他们喜爱这个节目的原因表示**赞赏**。

02 60秒速读页

如果孩子生活在宽容和平等的对待中，他们就懂得要有**耐心**，要**公平**。

如果孩子生活在鼓励中，他们就懂得**自信**和**从容**。

如果孩子生活在表扬和称赞中，他们就懂得**感激**。

如果孩子生活在公平中，他们就懂得**公正**的含义。

THE SIXTY MINUTE FATHER

83

如果孩子生活在安全中，
他们就懂得**信任**。

如果孩子生活在赞许中，
他们就懂得**喜欢自己**。

如果孩子生活在无条件的包容中，
他们就懂得**从上帝那里和世界中发现爱**。

《孩子们从生活中学习》^[6]（作者不详）

**THE SIXTY
MINUTE
FATHER**

GOAL 4 TO PRAISE YOU CHILDREN

目标 4 称赞你的孩子



棒孩子 父亲造

THE SIXTY MINUTE FATHER



86





目标 4 称赞你的孩子

◎ 棒孩子 父亲道

约翰是你的儿子，他的卧室一团糟。自从他离开产房，他的房间就一直是这个样子。最初，他把拨浪鼓、玩具和食物到处乱扔。后来，他乱扔的东西变成了积木、玩具火车碎片和东一个西一个的游戏筐。

现在他已经用不着这一切了，因为他已经长成了十几岁的少年。现在，很难在他的房间里看到拨浪鼓、棋盘或者玩具火车了，可是，这也许是因为你很难看清楚他房间里的东西。

如果你没打招呼无意中走进了孩子的卧室，你的第一反应就是去报警。房间好像被一个忌恨主人的夜贼洗劫过。抽屉是打开的，磁带散乱地扔在地板上，到处都是衣服，整个房间就像一个被遗忘很久的古墓。你朝床下瞥了一眼，马上感到很后悔。那里好像有许多小生命，有些就生活在堆了很久的臭袜子、内衣以及糖纸里。你似乎看到什么东西在爬，便赶紧逃出了房间。

大部分家长都会在某个时期见到这样的房间。我们该怎么办呢？通常，我们会使用古老的管理方法：大喊大叫。孩子生活在我们身边的十几年是人生中最精彩的十几年，但是在这精彩的十几年中，我们可能都大喊大叫过。当然，我们取得过小小的胜利，但是我们可能觉察到这种战略总的来说并不奏效。

其实你有三种选择：

1. 在门上贴一张健康警告，同时学会忍受；

2. 不停地大喊大叫；
3. 尝试其他策略。

卧室冲突只是我们经常面临的冲突中的一种。实际上，我们还会遇到“家庭作业”以及“仓鼠笼”（“这是你的仓鼠，你应该把笼子打扫干净！”）之战。接二连三的争吵令人厌倦。不仅如此，我们似乎正变得越来越唠叨。

实际上，我们培养孩子的过程似乎主要建立在挑毛病和批评的基础上。其实我们还能采取其他方式：一位父亲允许我与他分享自己的经验，他曾用多年的时间来教自己10岁的儿子正确使用刀叉。

他的儿子平常就像《最后一个莫希干人》中的临时演员那样使用餐具。有一天，父子俩在一家餐馆吃饭，儿子再一次拿错了餐具，父亲差点儿又要发表长篇大论，可是他忍住了。过了一小会儿，他发现自己的儿子拿对了刀叉。也许这次纯属偶然（他几乎尝试了所有不正确的方式），可是父亲拍了拍儿子的肩膀，说：“很好！你拿对了。”

他说，接下来的30分钟非常有趣，他儿子尽力正确使用这些餐具。这位父亲发现，尽管大部分人最终会对批评有所反应，但表扬见效总是更快。这条简单的原理不仅适用于家庭，



目标 4 称赞你的孩子

60 棒孩子 父亲道

在工作场合也会取得出人意料的良好效果。

那位父亲对儿子的称赞至少包含两个要素。

第一是语言。我们很容易陷入自己设置的陷阱，总是对自己说：“哦，他们知道我为他们而感到高兴。”称赞的力量就在于把这句话说出来。

还有一个要素是手的动作。在这个复杂的社会，我们经常羞于相互接触。如果在拥挤的火车上不小心碰到了别人的手，我们会立即道歉，好像我们传播了某种传染病。可是，触摸自己的孩子却可以表达我们对他们的爱、接纳和肯定。

一个 14 岁的男孩这样说道：“现在我是个少年了，我的父母不再拥抱我。可是在没有别人看到的时候，我希望他们还能拥抱我。”

这一切的核心是：有意识地寻找可以称赞孩子的情境。在《1 分钟经理人》^[1]中，布兰查德和约翰逊对此总结如下：

**帮助别人充分发挥潜能
发现他们做得对的地方**

这段话是一位二十多岁的女子说的。回顾自己的少年时代，她发现少年时养成的生活习

惯让她在感情方面付出了沉重的代价。她想方设法想弄清楚自己为什么会变得如此叛逆。后来她说：“引起我父亲注意的最快捷的方式就是去做件错事。”

称赞的力量是惊人的，世界上几乎没有人不为之所动。绝大多数人都知道称赞可以在工作中发挥巨大作用，但是却没有注意到，对孩子来说，称赞是荒漠中的甘露。

称赞能够一举多得：称赞告诉我们，我们正在做的事情是对的；称赞鼓励我们再次去做；赞扬使我们想让那些鼓励我们的人高兴；而且，称赞可以建立起爱的纽带。

称赞必须永远是真诚的，对一些微小的成功我们也可以称赞：

“雷切尔，谢谢你让这些客人觉得自己像在家里一样。”

“约翰，你把自己的零花钱放进了储钱罐，你真是太棒了。”

“卡尔，我还以为你会对那个裁判大喊大叫呢，你能保持冷静真是不错。”

要善于发现孩子的闪光点，这一原则非常奏效。不过，我们还是来认真看一些例子，在这些例子中，不仅有称赞还有责备。

“珍妮，你的数学成绩能从‘D’提高到‘C’真是不错。不过我对成绩单中的其他各



目标4 称赞你的孩子

100 棒孩子 父亲造

科都感到失望，这不仅仅是因为成绩，而是因为你努力得不够。我很在意你在学校的进步，因为我想让你发挥出自己的全部潜能。”

我们可能会说“太煽情了”。可我不这么认为。不过如果你不赞成，你可能想这么说：

“珍妮，我不得不告诉你，这还差得很远。我没脸在这张成绩单上签字，你很懒惰，如果继续下去，你永远都会是一名失败者！别让我看见你。”

在这件事情中，既有父亲的愤怒，也有剧烈的心跳、尖刻的批评以及将伴随一生的记忆，这样的感情能行吗？

在这精彩的十几年中，你完全有权利去说：“好，我明白了。我将**寻找能让我称赞我孩子的事情**。可是对那间卧室，我能说些什么呢？告诉我怎样才能让我说些表扬的话。”

我承认这不容易，可是不妨试试下面这句话……

……“儿子，你的天花板特别干净！”

GOAL 5



TO LAUGH MORE

WITH MY CHILDREN

目标 5 多和孩子一起欢笑



棒孩子 父亲造



THE SIXTY MINUTE FATHER



94





目标5 多和孩子一起欢笑

60 棒孩子 父亲道

我离开这个世界以后，希望孩子在谈论我时，能说我教会了他们重要的事情，教会了他们睁大眼睛看世界、发挥潜力以及关爱弱者。可是如果他们没有补充说：“我们还记得他和我们在一起时非常有趣。”那么我会怀疑自己是否真的忽视了这一点。

一位父亲

生活是严肃的。每个人都会经历痛苦和悲伤：我们需要付账，需要通过考试，需要注意饮食健康，需要遵守纪律。所有这些都是真实的，可童年应该是快乐的。孩子因虐待、饥饿或孤独而哭泣，实际上，他们不仅仅是因为这些直接的痛苦而哭泣，而是因为他们被剥夺了童年，被剥夺了欢笑的权利。

从某种角度讲，我们不得不培养这样的孩子：既能应对严肃的生活问题，又能笑口常开。这可能需要我们这些父亲自己再次学会欢笑。

一位不知名的修士回顾自己的一生，认为如果能够让时光倒流，他会过一种不同的生活。以下是他的观点：

如果能重活一次，我将让自己放松；

我要比这一辈子更加单纯；

我要经常散步，观赏周围的事物。我要多吃冰激凌，少吃豆子。我要多关注现实问题，少关心想象中的问题。我要欣赏更多日出。

你知道，我是那些日复一日、年复一年过着平淡生活的芸芸众生中的一员。有些人无论走到哪里，都带着体温计、保温瓶、漱口水、雨衣、阿斯匹林和降落伞，我就是这样一个人。

我将多骑旋转木马。我要采摘更多雏菊。如果我能重活一次，除非偶然，我不要去争取这么好的成绩。

乐趣的力量

我的孩子年幼时，他们非常喜欢我们所谓的“家庭之夜”。每到这个夜晚，他们就会把自己的床垫拖到我们的卧室，在地板上过夜。不过，我们有时候也会度过一个“超级家庭之夜”，



那时，我们全家会挤在客厅的地板上过夜。从逻辑角度，谁也说不清为什么四个人放着舒适的床不睡，而非要睡在地板上：对此只有一个解释，那就是有趣。

有一次，我在一个讲座上简要介绍了“超级家庭之夜”。我说：“美妙极了。我们全都躺在黑暗中，映着炉火，一边听着故事磁带，一边大吃巧克力。”

我结束了讲话，看到一位妇女朝我走来，我知道自己遇到了麻烦。丰富的演讲经验使我在100码之外就能作出这个判断。她截住我，说：“你觉得让孩子们在临睡前吃巧克力好吗？他们的牙齿会烂掉的。”

这真是太令人扫兴了。她的话既让人觉得突然又让人感到好笑。我不耐烦地解释道：“哦，他们后来刷了牙……”

可是孩子们喜欢那些平时教育他们但同时又能和他们一起寻找乐趣的大人。

我真希望你能给自己的孩子一些惊喜。我记得有一次我在家里号召大家节约用电。我使用各种方式威胁孩子们，可是房间里的灯依然天天亮着。后来，我在墙上挂了一张图表，上面写着家庭每个成员的名字，结果情况发生了变化。

如果谁关掉别人忘记关的灯，我就在图标上为谁做个标记。一周后，得到标记最多的人可以获得5分，然后重新开始。得到30分就可以赢得一个奖品。

之后的几个月中，一盏灯打开不到5秒钟，就会有人从身后的某处跳出来把它关掉。到处都笼罩着黑暗，我们太节约用电了！

我知道你正在想什么——“这可能持续不了多长时间，我敢打赌，他们很快就会对此感到厌倦。”你是对的。可是我知道结果会是这样。在此后10年间，当有人谈到节约用电，我的孩子就会说：“我爸爸疯了，你永远猜不到他让我们干了些什么。”然后，他们将会忍俊不禁，再次开怀大笑。

获得乐趣不需要付出多大代价。乐趣就是借个帐篷，睡在院子里；乐趣就是一年去学校看一次电影；乐趣就是打水仗；乐趣就是在开车时说：“我们遇到的下一辆车的司机就是吉玛要嫁的那种人。”当下一辆车经过时，大家全都盯着看，孩子们禁不住哈哈大笑，而你则紧绷着脸保持一点镇静。

我想所有这些例子都有潜在危险。你在花园里可能得肺炎；在学校待到很晚并不是件好事；打水仗可能会把水洒到电线上，导致附近整个地区着火；还有，那辆车里的男子可能是杀人犯，把你的汽车也列入谋杀计划。可是，一切也许都很美好……而且你还能和孩子们一起开怀大笑。

目标5 多和孩子一起欢笑

◎ 棒孩子 父亲造



99

你和他们肯定会一起经历痛苦的日子。那时他们可能13岁，也可能30岁，但你们会拥抱着共渡难关。任何家庭都会有这样的困难时刻。可是，家庭生活不应该只有艰难时刻，还应充满欢笑。

孩子年幼的时候，你喜欢挠痒痒逗他们玩吗？

那么，永远不要忘了玩挠痒痒。



如果你的孩子做一件事**很努力**，即使他们失败了，也要称赞他们。

买一个新的棋盘游戏，偶尔让他们获胜！
和他们一起听故事磁带。

THE SIXTY MINUTE FATHER

101



PDC

**THE SIXTY
MINUTE
FATHER**

GOAL 6 TO SET BOUNDARIES

目标 6 设定界限

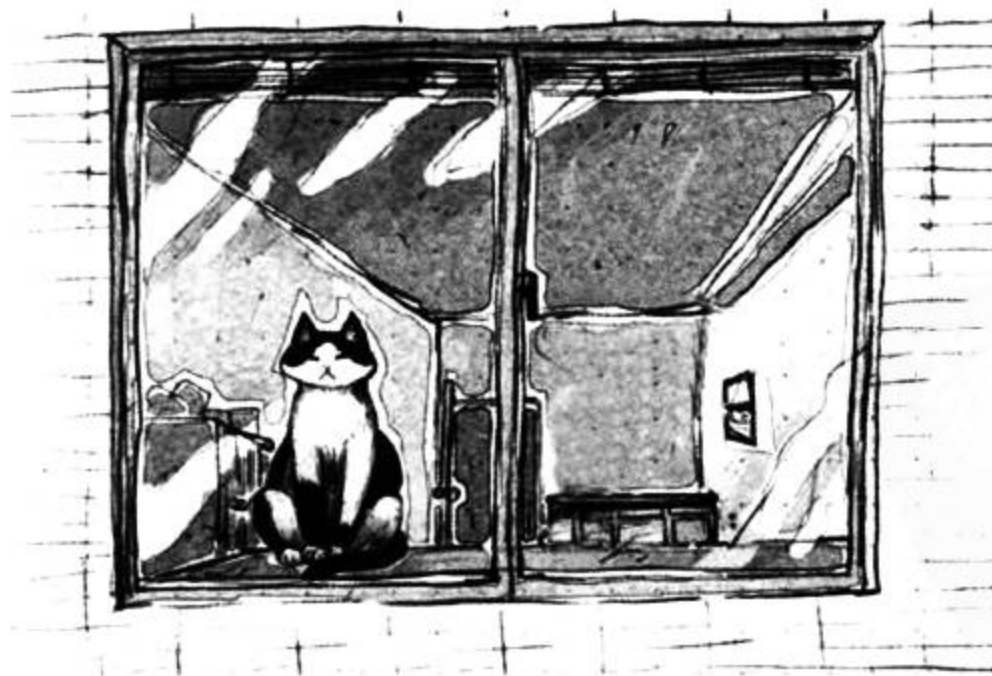


棒孩子 父亲造

THE SIXTY MINUTE FATHER



104





目标6 设定界限



棒孩子 父亲造

我的朋友把一只小猫带回家的时候，我正好在场。三个孩子都非常兴奋，尤其是4岁的丽贝卡。孩子的父亲没等把小猫从篮子里放出来，就急着详细地向孩子们说明与这个“新客人”有关的家庭规定。

“你们可以抚摸小猫的背，挠它的下巴。如果你们非常小心，还可以抚摸它的肚子，只要动作温柔，你们还可以把它抱起来。”说到这里，这位父亲变得严肃起来，“可是，”他说，“不管在哪种情况下，你们绝对不要拽猫尾巴。明白了吗？”3个孩子一齐点了点小脑袋。

小猫终于被拿了出来，放在地板上。接着，丽贝卡毫不犹豫地大步走到小猫旁边，伸手抓住了猫尾巴。她转过脸，微笑着看着她的父亲。她父亲还没弄明白这是怎么回事，她便使出吃奶的劲儿猛拽猫尾巴。

实际上，这个孩子在说：“你给我们作出了规定，我也明白这些规定。可是我想破坏规定，越过你设定的界限来考考你。看你能怎么办？”这个孩子期待大人作出反应。这时，千万不要让她失望。

这简直称得上是一个神圣的时刻，每个家长和孩子都会遇到这样的情况，只不过形式不尽相同。生活中到处都是界限。如果我们越过了某些界限，就会失去自己的朋友；如果我们越过了另外一些界限，我们可能会失去自己的生命。

在这个例子中，这个孩子看着自己的父亲，想知道这些界限是否真的很重要。孩子的管教问题是一个充满争议的话题，每位家长都必须最终决定采用何种管教方式。可是，管教本身至关重要。这不仅仅是培养的问题。如果孩子相信到处没有限制，或者即使有界限，也没有人真的介意她是否越过了界限，那就没有什么能比这种想法更让孩子失去安全感了。

军事策略

一切都是对的，可是如果我们偶尔被迫卷入战争，选择正确的战役也是至关重要的。始终不变的问题应该是：“这种情况值得开战吗？”如果不值得，我们就有把自己逼人没有退路的死胡同的风险，因为没有合理的理由。精心培育的爱可以密切彼此的关系，而不公正或吹毛求疵的批评则会扼杀美好的关系。许多父亲都希望自己没有因为一条牛仔裤的颜色而挑起第三次世界大战，因为有太多更重要的战役在等待着他们。

下面就是一位父亲描述的战役，他觉得要是自己没有卷入这场战役就好了：

一天晚上，我女儿回到了家里，她的头发染成了鲜橙色。我勃然大怒，第一个反应是：“别人会怎么看待我们？”我告诉她，永远不能打扮成这个样子，只要她还想



目标6 设定界限

◎ 棒孩子 父亲造

住在家里，就必须把头发的颜色改过来。她拒绝了。结果我只能在食言和让她离开之间作选择。有一个月的时间我们形同陌路，不过现在我们又和好如初，可是我差一点因为那些该死的染发剂失去了自己心爱的女儿。

很少有人喜欢对峙，可是在父子关系中，有3个要素能让冲突变得富于建设性。

记住孩子的自尊是多么脆弱。我们在管教孩子时，永远不要对孩子进行人身攻击——批评应该只针对他们的行为。如果我们坚持这个原则，即使对他们的所作所为有很多话要说，也永远不要说——“你可真笨！”

宽恕。有一点必须牢记：无论5岁的孩子把多少颜料弄到了新地毯上，或是十几岁的孩子造成的伤害有多深，我们都可以用遗忘来处理。如果孩子每次犯错误的时候都要被算上旧账，估计没人能受得了。

弱点。孩子需要知道他们的父亲有时候也会犯错误。我有一次听到一位父亲得意地说：“我从来没有向自己的儿子道歉过，我将来也决不会向他道歉。”你可能会惧怕这样的人——可是很难尊重这样的人，甚至很难和他建立深厚的关系。

称赞能够为听觉**创造奇迹**。

引起我父亲注意的最快捷方式就是去**做件错事**。

THE SIXTY MINUTE FATHER

109

如果孩子相信到处都没有限制，那就没有什么能比这种想法更让孩子**失去安全感**了。

如果孩子每次犯错误的时候都要被算上旧账，**估计没人能受得了**。

教养孩童，使他走当
行的道，就是到老他
也不偏离。

《圣经·箴言》

GOAL 7



NOT TO DELEGATE

THE BIG ISSUES

目标 7 不要将大事委托别人



棒孩子 父亲造



THE SIXTY MINUTE FATHER



112





目标7 不要将大事委托别人

◎ 棒孩子 父亲道

1895年，詹姆斯只有13岁。他整天围着父亲转：观察他拿锤子的方法、模仿他鼓风锻造铁器的方式，甚至自己动手做了两个马掌。他抬头向远处田野望去时，他看到自己最要好的朋友正跟着他的父亲一起犁地。

自从有了这个村子，就有了这家铁匠铺和那个农场。父辈们把古老的技艺传授给自己的儿子。当他们和自己的儿子一起劳作时，他们教给孩子的不仅仅是打铁或耕地的技术。他们还日复一日、年复一年地将自己的孩子培养成真正的男子汉。

这些经验的获得并不总是轻而易举。村里有些人还记得皮匠哈罗德去世以后发生的事情。哈罗德去世时只有40岁，而他儿子过完14岁生日后一周就继承了皮匠铺。虽然他还只是个孩子，可是却有7口人等着他来养活。当然，刚开始时他并不像父亲那样技艺娴熟，可是一年之后，镇上没有一个妇女能够看出他的手艺和他父亲有什么区别。他养活了7口人：如果他的父亲还活着，会为此感到欣慰，因为他教出了一个好儿子。

让我们来看看现代生活中的孩子。1995年，詹姆斯13岁。今天的詹姆斯没有跟在父亲身边。詹姆斯还没起床，父亲就上班去了，而詹姆斯一整天都在学校。回家的路上，他去上了钢琴课。到了看电视的时间，他就会目不转睛地盯着屏幕，既是娱乐，也能学点东西。

到晚上詹姆斯上床睡觉之前，他既接受了老师的教育，也体验了电子教师的教育。有些

老师向他讲述他所在的这个现实世界，另一些老师则表达他们的感受。地理课上，他们关注埃塞俄比亚为什么会闹饥荒；科学课上，关注的是世界的起源；在宗教学习中，问题则变成了生活中什么最重要；还有些老师用伟大的音乐陶冶或麻木他的耳朵，塑造一种政治倾向，传授两性伦理，帮助他长大成人。

晚上9点，他会见到自己的父亲——这一天的第一次相遇——父亲会说：“儿子，今天都学了些什么？”13岁的儿子将和大部分少年一样，回答说：“哦，没学什么。”

可实际情况并非如此。事实是……“学到了一切。”

教导孩子的时间

在电影《真实的谎言》中，十几岁的女儿让阿诺德·施瓦辛格感到头疼。他的一个同事认为造成这种状况的原因是：“你们不再是她的父母了。她的父母是阿卡西尔·罗斯[重金属摇滚乐队“枪炮玫瑰”的主唱]和麦当娜。别指望和她一起待5分钟就能抵抗那些狂轰滥炸。”

如果我们想让自己的孩子接受我们的价值观，我们就必须把这些价值观传授给他们。这

目标 7 不要将大事委托别人

00 棒孩子 父亲道



115

些价值观可以是精神上的：如果我想让孩子相信什么，我就需要花时间解释自己的基督信仰。他们可能对性产生了兴趣：如果是这样，我就需要勇气和他们开诚布公地讨论性的美妙和危险。如果我相信有些事情是对的，有些事情是错的，我就需要让他们知道是非与对错。他们可能拒绝我的价值观，但是，如果我认为这些价值观很重要，我就不敢让别人来教他们。

当然，这样的教育大部分都以非正式的形式进行，孩子们一天天地看着我们如何行事。实际上，令人恐惧的是，对孩子们来讲，价值观更多地是通过领悟而不是教育获得的。可是，不管怎样，都需要对话、争论和指导，所有这一切都需要精心的规划和充裕的时间。

把你**童年时代**从父辈那里学到的最重要的经验、教训传授给你的孩子。

教导你的孩子如何管理金钱：帮助他们准备一份简单的收支预算并严格遵守这一预算。

如果可能，**把孩子带你工作的地方**，让他们坐或站在你工作的地方，告诉他们你的一天是如何度过的。

THE SIXTY MINUTE FATHER

117



一位少年的来信。^[8]

亲爱的爸爸妈妈：

你们无数次说你们了解我，可是你们真的不了解我。我曾无数次地和你们谈起自己遇到的问题，并希望得到你们的建议或支持。可是你们往往耸耸肩对我说：“那没什么……你应该听我们谈谈我们所遇到的问题。”

你们有责任在我犯错误之前就告诉我有关性的知识。你们可能不知道，可我真的是从街上了解到性的。相信我，那不是学习性知识的好地方。

约翰

让我们假设，刚刚我们提到的 1995 年的詹姆斯 40 岁了，坐在他身边的是他 13 岁的儿子。他的儿子转过脸说：“爸爸，你的父亲是怎么看待世界、工作和性的？”詹姆斯会回答说：“我真的不知道，他从来没有告诉过我。”詹姆斯的眼神中有一丝恍惚，可他马上恢复了常态，说：“快点儿，你上课要迟到了。”

时间发挥着巨大魔力，两代人、100 年间不断把父辈传授给他们的东西传递给自己的孩子……

GOAL 8



TO REDISCOVER

THE ORDINARY

目标 8 多玩日常游戏



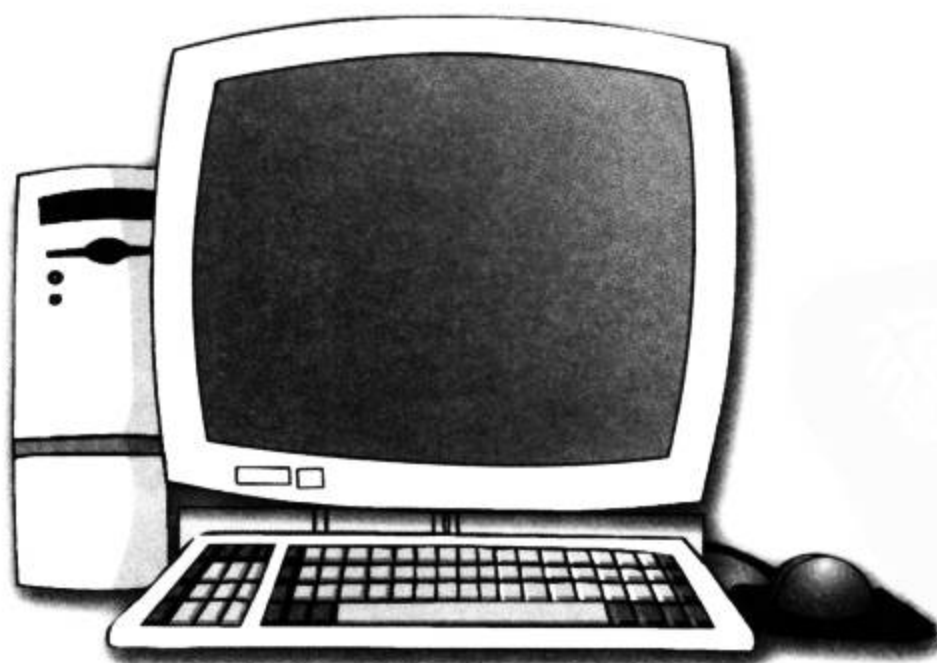
棒孩子 父亲造



THE SIXTY MINUTE FATHER



120



下面这张单子肯定会吸引孩子的注意力：

游览动物园！你可以按照自己的方式自由自在地参观所有动物。你甚至可以探索景色背后的东西！你可以去儿童乐园、童话剧场、观察接受护理的小动物并参观濒危物种保护中心。

不仅如此！你还可以参观我们的特别展览：“乔装打扮的动物”“鳄鱼”和“动物特别报道”。为您提供个人导游，而且您可以随时离开游览线路去探索自己感兴趣的东西。

紧接着是一小段注释：

让您的孩子获得如此不可思议的体验只需要：

一台电脑



让孩子获得这些神奇体验，需要付出英镑买到设备。一旦孩子们拥有了这一设备，你就成了多余的东西了。

当然，孩子们并不是完全不需要你，可是一旦你插上电源，把一切都调试好之后，他们几乎就不会再打扰你了。实际上，只需几小时，他们就把你远远地抛在脑后，你永远也赶不上他们。

他们会很安静。当他们逛完动物园，他们会插入另一张光盘，开始玩足球或者去亚马逊探险。

赠与孩子的美好礼物

有一天，我在一所住宅遇到了一个正在玩耍的小孩。他的电脑毫无生气，对话框里写着星际力量的复杂战争已经陷入僵局，除非他选择重新开始。我在房子后面的小花园找到了他。他的手里拿着一个塑料小方盒。盒子里放着一些树叶，还有他找到的6条毛毛虫。我走过去，他小心翼翼地打开盖子，大声数着毛毛虫，好像要让我知道他的收获有多大。

我们坐在一起，我给他讲了有关毛毛虫变化的神奇故事。他吃惊地睁大了眼睛，当我建



目标8 多玩日常游戏

100 棒孩子 父亲造

议他应该把毛毛虫从相对安全的盒子里放回大自然，他根本听不进去。

我发现自己很难把这个孩子忘掉。他好像代表了这一代人，这些孩子的物质条件超过了以往所有的孩子，可是他们却非常贫乏。我怀疑他是否能在树上搭建小屋，在河里筑坝或是把10码开外墙上的罐子打下来。

而且我怀疑他是否曾和他的父亲一起玩过这些游戏。

我知道时代已经发生了改变，向往已经过去的“黄金时代”是愚蠢的。我也知道作为父母的我们想尽可能满足孩子的需要，可是詹姆士·杜布森博士对这个难题进行了总结：“我们太忙于把自己以前没有的东西给我们的孩子，却没有时间把我们过去拥有的东西给他们。”

你9岁的儿子将忘记你给他的卧室买电视的事情。电视对他的确很和蔼，永远不会说：“等一会儿”。电视总是说：“现在和我一起坐会儿吧。”它会在孩子的卧室独立对孩子进行教育。电视虽然价值不菲，可是它不会成为孩子们心中珍爱的东西。

孩子永远也不会忘记那个夜晚你和他躺在借来的旧帐篷中。他将记得你们一起大吃软糖时激动的感觉；他会记得手电筒没电，你们陷入漆黑一片时的感受。即使有一天他上了年纪，依然会记得这一切。

但是，父亲们遇到的最大难题是，在如今这个习惯用礼物衡量感情的社会中，孩子真正

渴望的都是一位父亲的陪伴，这是无论哪一代孩子都渴望的事情。

还有，一天，我看到一位父亲和儿子正在沙滩上玩传接球游戏。从诸多方面来看，这都是一个典型的 game：每次脱手时，球都会滚向沙滩的另一端，需要跑很长的路去把球拣回来：简陋的场地意味着球经常会被扔到海里，其中一个人得冒着生命危险游水去拣球。没有一位广告上的神童会对这种游戏感兴趣，而且电视上也从来没有把这种游戏配上背景音乐加以特别推广。可是这位父亲和他的儿子却玩了几个小时，一英里外都可以听到他们的笑声。

生活应该就是这个样子的，给婴儿讲睡前故事，和9岁的孩子玩寻宝游戏，和十几岁的孩子喝着咖啡听音乐，再穷的父亲也能给予孩子这样的礼物，这是最美好的礼物。

目标8 多玩日常游戏



棒孩子 父亲造



125



去发现孩子做对了的事，**今天就开始！**

尽量不要将电视机放在孩子的卧室里。

列出你认为**重要的价值观**，问问自己是否真的把这些价值观传给了孩子。

玩拼插玩具，这种玩具似乎适合0~100岁所有的人！

THE SIXTY MINUTE FATHER

127



**THE SIXTY
MINUTE
FATHER**

GOAL 9



**TO FORGE A STRONG
RELATIONSHIP
WITH MY CHILDREN**

目标 9 建立亲密关系



棒孩子 父亲造



THE SIXTY MINUTE FATHER



130





目标9 建立亲密关系

60 棒孩子 父亲造

虽然我们已经快接近最后的目标了，可是我们似乎才刚刚开始。《60分钟 棒孩子 父亲造》一书的任务就是让我们和自己的孩子建立长期的亲密关系。这是许多父亲梦寐以求的事情，问题是，世界上任何一种关系的建立都需要时间。

我有时候听一些父亲说：“我不能给孩子许多时间，因此我给他们有效的时间。”我对此表示理解，可是与孩子交流时遇到的问题往往是，你必须有足够的数量才能保证质量。

父亲可能需要花2小时帮十几岁的女儿在她房间里挂图片。他并不善于自己动手，因为图片附近出现了好几个新钉眼。不过，不管怎样，这些图片总算被挂上了，至少目前被挂上了。这段时间很难被描述为“有效时间”，而当他放下锤子，忙着往自己的拇指上贴创可贴时，女儿说：“爸爸，我能跟你谈谈……”

我做过为父母和孩子而设计的假日活动的组织工作，这些父母中有一些是单身父母，不过他们的活动略有差异。这段时间的工作目标就是：帮助父母与孩子建立亲密关系。假日活动中有一个星期的活动被设计为“父亲与少年”。参加活动的父亲来自各行各业，我看到这些父亲和他们的儿子一起爬山、一起钓鱼、一起谈话。我记得有这样一位父亲，他本来和自己10岁的儿子不住在一起，有一天，他把我叫到一边，兴奋地说：“今天晚上我儿子拥抱我了。”

那个星期这位父亲和儿子获得了一件质量和数量俱佳的珍品，那就是：共处时光。这种

时间对他们而言就像空气一样不可或缺。

最令我开心的事情，就是和我女儿凯蒂“约会”。从她12岁起，我们就经常在傍晚一起待一会儿：喝杯咖啡、吃个比萨饼、偶尔看看电影，或者仅仅是散会儿步。

那些夜晚成为了我们生活的救生员，它们不会被家人打断，并且为凯蒂提供了一个“成人”环境，因此她觉得这些夜晚非常特别。我们经常只需一杯可乐就可以坐上一小时甚至更长时间，因此这些夜晚并不昂贵，可是这些时间却帮助我们建立了亲密关系。

我和儿子劳埃德最近也开始了类似活动。我们发现了一个可以喝咖啡、交谈，还能打台球的地方！

对那些不得不整天离家工作的父亲来说，上述所有这些方法都很难实行：如果他们想要一份工作，那就意味着他们必须整日奔波。有一位陷入这种困境的父亲对我说：“当你不得不离家工作时，你不得不付出更多的努力以改善关系。我用多种方式让孩子明白，我真的很想和他们在一起。一回到家，我就不让任何事情夺走我和孩子们共处的时间。他们得到了我全心全意的关注。回到家里，我不希望他们只关心我是否为他们买回了重要的礼物；我想让他们因为看到我而高兴。”

孩子渴望我们的时间。就在我写这本书的时候，一名四十多岁的男子引起了我的注意。他



目标9 建立亲密关系

60 棒孩子 父亲造

看完部分书稿后说：“我上中学的时候总希望父亲能去看我打橄榄球。我从来没有告诉过他我多么希望他能去。他只去过一次。”

我们来看看一位9岁小女孩心目中的祖母是什么样子：

祖母不需要做什么事情，只需要和我们在一起。如果她们带着我们去散步，她们总是会在有漂亮树叶和可爱毛毛虫的地方停下脚步，而且她们从来不说：“快点儿”。

祖母通常都很胖，可是不至于胖得没法给你系鞋带。

她们带着眼镜，穿着滑稽可笑的内衣，能把自己的牙齿和口香糖拿出来。

祖母不需要很聪明，只要能够回答“上帝为什么不结婚？”以及“小狗为什么要追小猫？”之类的问题。

祖母不会像客人那样用婴儿的语言跟我们交谈，因为她们知道我们很难听懂这些儿语。

她们给我们读书时不会跳过页，也不在意一遍遍讲的是同一个故事。

每个人都应该有一位祖母，尤其是没有电视的时候。

……因为她们是唯一有时间的大人。^[9]

尽可能安排半天时间与孩子规划一下，你们什么时间可以一起做些事。

永远不要放弃与自己孩子的关系，无论他们的年龄有多大，甚至在因为他们因为不高兴而离家出走时也不要放弃。

你可以从下面这名男子的话里**获取信心**，他说：“我结婚的时候有4种育儿理论，没有孩子。现在我有4个孩子，却没有任何育儿理论了！”

THE SIXTY MINUTE FATHER

135



如果我们想让自己的孩子**接受**我们的价值观，我们就必须把这些价值观传授给他们。

我们太忙于把自己以前没有的东西给我们的孩子，**却没有时间**把我们过去拥有的东西给他们。

祖母总是会在有漂亮树叶和可爱毛毛虫的地方停下脚步，而且她们从来不说：“**快点儿**”。

THE SIXTY MINUTE FATHER

137

可是与孩子交流时遇到的问题往往是，
你必须有**足够的数量**才能保证质量。

再穷的父亲也能给予孩子**最美好的礼物，那就是，和孩子一起拥有共处时光。**

**THE SIXTY
MINUTE
FATHER**

GOAL 10 THE FINAL GOAL

目标10 最终目标：放飞



棒孩子 父亲造

现在，我们已经到达了第十个、也是最后一个目标。从许多方面来看，这一目标也是所有目标的顶点。在探索这一目标之前，我们先停顿一下。

我想对那些孩子已经离开家庭的父亲们说几句话。这些父亲会很不适应孩子们离开家之后的那段时间。一位家长曾这样说过：“突然他们都飞走了，我走过了**那间过于整洁的卧室。**”

在这种情况下，我们很容易觉得遗憾，会说：“如果可能，我真想让时光倒流，重新再来一遍。”我们每个人都应该记住，父子之情是很深的，什么时候建立亲密关系或修复已经被破坏的关系都不算晚。也许这意味着要放弃一点自尊，可这个代价不算什么。

有一次，我遇到一位父亲，他刚刚完成了这项工作。他的女儿和他闹翻了，总是和他对着干。他们不停地争吵，终于有一天，大门砰地一声关上了，然后家里安静了下来。他的女儿离家出走了，他们之间6个月没有交谈。可是有一天，他觉得必须跟女儿谈谈，就给女儿打了个电话，说：

卡西，你什么事情都和我对着干，我觉得这很冷酷。我对你的未来有许多梦想，可是我错了。我对你所抱的希望虽然丝毫没有减少，可是我已经意识到，那是你的生活。我曾试图把那些东西强加给你，请原谅我这么做。

我想让你知道，我们家的大门永远对你敞开。这是你的家。如果我曾让你有不愉



目标10 最终目标：放飞

60 棒孩子 父亲造

快的感觉，请原谅我。

我爱你，无论你做过什么，没有做过什么，一切都不会改变这一点。我永远都是你的父亲。

也许在读这本书的时候你刚刚成为父亲，那就让我在你开始从事这项艰巨工作的开始为你总结一下这本小书的核心思想：

如果你幸运地有了一份工作，那么你就应该全身心地投入。可是请记住，虽然工作是生活中极为重要的一部分，但它也仅仅是一部分而已。尽管你可以一步步地爬上高位，可是总有一天会有人接替你的职位。但是，没有人能够取代你成为你怀抱中这个孩子的父亲。你可能会用人生最美好的50年去努力工作，可是却失去了把重要的东西教给孩子的时间。许多事情都需要时间，你也不可能总是能够满足自己孩子对时间的要求。可是只要有可能，你就数算一下日子。

不要错过任何一天。

这是一本关于父子关系的书，当然，问题的核心要比这更加深刻。家庭心理学家本杰明·萨克博士参加了一个情人节的早间电视访谈节目。访谈者向他提出了两个非常深刻的问题：

1. “是否每个人生来就有爱的能力？”他的答案是“对”。

2. 访谈者接着问道：“那么我们的世界为什么不能再多些爱？”回答是：“尽管我们生来就有爱的能力，可是我们需要学习如何去爱。”接着，他转向摄像机，对数百万观众说：“父母能为孩子们所做的最伟大的事情就是彼此相爱。”^[10]

这些爱来得并不总是很容易。我相信，任何婚姻都会经历至少有一方感觉不到爱情的阶段。在这个时期，什么话都说得出来：“随它去吧，一切都结束了。”我看到过太多因为相信一切都很容易而导致的痛苦，可是我知道，有时候爱是一种意愿，而且还有一个很好的理由值得我们再试一次，这个理由就是“为了孩子”。

我读过的孩子来信不算很多，可是有一封信却让我铭记在心。那封信是一个8岁男孩写来的：

我爸爸不再爱我妈妈了，他另找了一个人。可是他根本不知道我们有多伤心，如果他知道，他永远也不会走的。

那么最终目标到底是什么呢？从许多方面来看，这是最困难的目标。前面提到的每一个目标都在为这个最终目标进行准备。

为了找到这个目标，我们来读一首诗。在此之前，我们先看看这样一个场面：一位父亲



正在教女儿骑自行车。他在后面扶着自行车的后座，而他的女儿则摇摇晃晃地向前骑着。她发现骑自行车很困难，可是只要有父亲扶着，她就能骑。

关键就是她父亲的手，正是父亲的手让她获得了安全感，让她前进得更快、坐得更直。她可能永远不知道，父亲偶尔会松开手，然后在她发觉之前父亲又抓住了自行车的后座。可是她的父亲知道，自己的手只会暂时抓着自行车的后座，很快，她就不再需要他这样做了……

尽管明天我还要跟在后面伸手扶着她，

摇摇晃晃之后，

她自己保持平衡，

一直骑到很远很远，

……

我停下来，知道

要把自己遵循的东西教给她，

一旦她学会了这些

我就不得不让她离开。^[11]

.....这就是
最终的目标

父亲不是一个轻松的角色。有人说：“没有比当父母更痛苦的事了。”实际上，尽管我们在使自己成为理想父亲的过程中饱尝失败，可是孩子对我们来说却比世界上任何东西都要珍贵。前方有许多危险：一种危险是没有给自己的孩子提供他们所需要的时间和关心，另一种危险则是在他们身上花费了太多时间，以至于让我们自己发疯，甚至想掐死他们。

可是我们也有不容置疑的特权，享受孩子带给我们的快乐，不仅如此，我们还帮助塑造孩子的生活。我们塑造的孩子终有一日也会成为父母，这是一个伟大的挑战：我们成为棒极老爸不仅仅是为了我们自己的孩子，而是为了孩子们的孩子。

为了完成这一艰巨任务，我们需要获得各种帮助。我儿子很小的时候，有一天晚上我和他一起祷告。第二天，我要去参加一个国际法律会议。那是一个非常重要的会议，我感到很紧张。我曾为他祷告过无数次，可这一次，我请他为我祷告。下面是他的祷告词：

亲爱的上帝，请帮助我的爸爸变得勇敢，不要犯什么错误。

对每位父亲来说，这都是不错的祷告词。



注释

[1] Robert Herrick, 'To The Virgins, To Make Much of Time', in A. Quiller-Couch (ed.), *The Oxford Book of English Verse, 1250–1918*, Oxford: Oxford University Press, 1939, p. 274.

[2] Robert Fulghum, 'The Lessons Of The Sandpile', in *All I Really Need To Know I Learned in Kindergarten*, London: Collins, 1990, P.6.

[3] Harry Chapin, 'Cat's in the Cradle'. Copyright 1974 by Story Songs Ltd.

[4] U. Bronfenbrenner, 'The Origins of Alienation', *Scientific American*, August 1974.

[5] *Young Peoples Relationships, Lifestyle and Sexual Attitudes*, MARC Europe Report by Boyd Myers, Agape, 1991.



^[6]Dorothy Law Nolte, 'Children Learn What They live'. This poem is often published under 'author unknown' and appears to be in the public domain.

^[7]K. Blanchard and S. Johnson, *The One Minute Manager*, London: Harper Collins Publishers, 1994.

^[8]J. McDowell and D. Day, *Why Wait? What You Need To Know About Teen Sexuality Crises*, San Bernardino, California: Here's Life Publishers, 1990, p.379.

^[9]'What's A Grandmother?' submitted by nurse, Juanita Nelson, which appeared in the employee newspaper at Childrens Hospital, Los Angeles.

^[10]J. McDowell and D. Day, *How To Be A Hero To Your Kids*, Dallas: Word Publishing, 1991, p.126.

^[11]Poem adapted from 'Learning The Bicycle (for Heather)' by Wyatt Prunty, *The American Scholar*, 58, No. 1 (Winter 1989), p.122.