

# 谦恭谨朴 (Modesty) 的教育 (二)：儿童和青春 期

「父母需要与孩子沟通并教育他们人体的价值，以及如何尊重身体，避免他们将之仅仅视为发洩欢愉或满足好奇心的物体。」家庭系列的一份新作品。

2016年5月9日

## 谦恭谨朴（Modesty）的教育

### （一）：幼儿期

当孩子到了约莫七到十二岁，步进青春时期，父母和孩子(尤其是那些在成长过程中受到良好教育的孩子)之间的关系通常会较为和洽。虽然他们很多时候仍然需要依赖父母，但他们大致上都能够照顾自己，这个时期的孩子多半与父母无话不谈。他们也有一种学习和解决问题的强烈渴望。如果父母辅以恰当的言辞，他们可以清楚地理解不同的事物。

这种和洽的关系不应该成为对教育的工作松懈的藉口，更不应该假定一切都会自然而然地朝良好的方向发展。相反，这段时期是为孩子灌输正确的思想和标准，并为他们未来的生活定型的重要时期。事实上，这也是说明各种道理的时机，甚至可以预早让他们了解他们以后将身处的现实世界。

### 宁静的时期

这段时期不应只向孩子解释如何自重，还要向他们解释需要自重的原因。他们会理解到，衣服不仅用於遮身蔽体，更能用以保护内里的人格；它反映出我们想将怎样的自己展现给别人，也是我们要求受到尊重和尊重别人的一个象徵。

与此同时，孩子们需要学会捍卫自己的内心世界，使之只在适当的程度，向适当的人显露出来。谨慎是美德，父母需要与孩子们分享建立这种美德的原素：善意、经验和建议。年幼的孩子渴望与父母建立互信的关系，因此他们会猜度父母的喜好并寻求他们的指导，这样，孩子在个性的初期发展中会感觉更安心。家长可以依据情况，肯定及纠正孩子的行为，辅助他们学习「何时」及「为何」需要信任他人。

年轻人在这个年龄可能会遇上的危机是，对求知的欲望，或会变成无节制的，缺乏深思熟虑的好奇心，变成想

要体验新事物，包括体验自己的身体的渴望。因此，父母要正视孩子向他们提出的所有问题，切勿试图回避或以敷衍的答案如「迟些才回应你」等塘塞过去。他们应该以适合孩子的年龄和能力的方式去回应。举例来说，这是适当的时刻让父母去教导孩子有关人性的爱的意义。「别向他们说谎：我已经杀死了所有的鸛。告诉他们，天主藉著你们把他们带来到世上，他们是你们之间的爱、自我奉献和牺牲的果实。要做到这一点，你必须成为你的孩子的朋友，使他们能信任你，并释除他们的忧虑。」[1] 父母需要教育孩子有关人体的价值，以及如何尊重身体，避免他们将它仅仅视为欢愉、满足好奇心或可以拿来戏弄的物体。

向孩子们解释青春期时身体和心理会遭遇到的变化，可以令他们知道如何接受那一刻的来临。「孩子没有原由把性和罪联繫在一起，或从与朋友的鄙俗对话中瞭解那本来是一件高贵和

圣洁东西。」[2] 重点应该放在正面的价值观。在不忘提及恶劣的环境所带来的危险同时 (在一般情况下，即使是年幼的孩子也通常可以感知得到)，父母应把握这个令孩子身心成长的机会，讲论这方面的事情，鼓励孩子们在面对恶劣的挑釁时也要尽量正面地回应。自重 (modesty) 正是有助维护孩子纯真的内心世界的有效防线。

## 艰辛的时期

青春期的开始、青春期本身，对于父母来说是一段艰辛的岁月。首先，孩子们在这个年龄阶段会十分注重个人隐私。他们更可能变得反叛，没有实质原因仍每事必反。这可能会导致父母变得不知所措，因为孩子们只愿与朋友而非父母分享生活的各种大小事。他们的情绪变化令人困惑：他们有时拒绝让任何人进入他们的内心世界，有时他们却需要外界的关注，这两种情况是矛盾的。当他们需要外界

关注的时候，我们要仔细聆听他们的心声，因为谁也不知道什么时候他们会再次敞开自己的心扉。

渴望独立和个人私隐不只是这个年龄阶段的年青人成长的必然过程，更是促进他们个性发展的时机。青少年有捍卫自己的内心世界的特殊需要，他们需要学习何时才是向他人表露内心世界，何时应继续保留它的合适时机。家长能否辅导他们，很大程度取决于他们能否赢得孩子的信任，并是否能够等待恰当的时机才向孩子进行教育。最佳的做法是对孩子们关心的议题上表现出兴趣，当孩子们寻求父母的辅导，或在情况许可之下（迟早会有这样的机会），父母可以利用这些时机教化孩子。

信任绝对不能强求，而是要下功夫去赢取的。刺探孩子的秘密，阅读他们的笔记本电脑或日记、偷听他们与朋友的对话，以假身份与他们在社交媒体上建立「友谊」，只会令彼此的信

任度更低。虽然有些父母认为采取这些手段是为了自己的孩子，可是，一般来说，这是不当的，用这种方式来干涉孩子的私事只会破坏互信。

青春期的另一个特点是，年青人经常会从多角度(包括白的身体)来自我审视。因此家长必须教育孩子们保护身体的重要(modesty)。这对女孩子和男孩子都同样重要，虽然会有一些差别。女孩子会以自己的一个偶像人物作为「美」的标准，并希望自己能够吸引异性。男孩子会以自己是否比友人们更成熟、更健硕为主，虽然他也会留意自己是否受女孩子欢迎。青春期这种自恋的倾向大多是不显眼的，但如果我们仔细观察，就会很容易发现一些徵状，例如孩子常常不由自主地留意自己在镜中或街上的窗子中的投影，尤其是女孩子们，会经常重覆询问他人自己的衣著打扮看起来如何。

把以上视作孩子成长的必经阶段而坐视不理是不当的。正因为这个阶段是属于孩子的成长历程，所以他们更需要行为上的指导，以免他们误入歧途。青春期是醒觉到伟大的理想的年龄，它必需得到定好的培育。年青人会很容易地明白，这种自我的关切，会令自己漠视别人的需要。因此他们会体会到，自重(以合宜但不过份的方式照顾自己的身体、避免不健康的好奇心等等)是学习宽容他人的先决条件。

## **自重 (modesty) 和时尚**

青春期也是教导孩子们和他人相处时，个人反应、对话和衣著都需要保持礼仪的时机。基於各种因素，或者在一些较为前卫的地区，风气是对衣著的要求随便，对礼仪的要求亦很宽松。值得安慰的是，子女们跟随这些时尚，往往并不是他们个人的决定。青少年在要求高度的独立自主的同时，也往往想「紧贴潮流」。与朋友



们有所不同，会令他们感觉不自在。一个男孩不一定真心喜欢现在流行的随意的衣著，一个女孩也不会因为穿著不自重的服装而感到自在，只是他们惧怕被朋辈排斥，故此在衣著上尽量随众。

解决的办法并不是要孩子与朋友隔绝。他们需要有自己的朋友，这也是走向成熟的必经之路。家长需要做的是教导他们如何抗拒世俗的潮流。如果子女以「朋辈亦同样为之」作藉口，父母应该首先向他们解释重视一己个性的重要，并设法帮助孩子们结交良友。其次，父母应该尝试去认识自己孩子的朋友的父母，这样才能在此事和其他事项上达到共识。

在这件事上，父母在任何情况下也不应让步。穿著任何违反礼仪或没有基本品味的服装都不应该被允许。家长需要从一开始就定下明确的规条，并在必要时从容而坚定地向自己的孩子讲解自重的理由。如果儿童时期是父

亲向儿子、母亲向女儿解释自重的重要性的最佳时机，那么当青春期到来时，父母中另外的那位便可以加入。例如，当一个步入青春期的女儿不明白她为何不应穿著暴露的衣服时，她的父亲也许可以提点她一些她没有意识到的事：这种穿著确能吸引男孩子的目光，但决不能吸引到他对她的尊重和爱慕。

和其他事情一样，父母可以审慎地和子女们讨论当自己是青少年时所学到的事情，并分享他们当年在希望能够与自己白首到老的对像中所渴望的究竟是甚麽。这些谈话初期可能没什麽效果，但是从长远来说自有其作用，年青人总有一天会感激父母的教诲。

孩子们活动的地点，也是教育他们如何自重（modesty）的重要环节。选择家庭度假的地点就是其中之一。不少国家的海滩的景像，使它变成一个很不适合去的地方。即使我们能够采取一些预防措施，那里整体的环境也

令人不能保持最低程度的礼仪。同样地，家长在同意孩子参与某项课余活动或宿营时，必须了解它的主办单位会采取何种措施去确保它会维持著高度的人性品味。

另一件需要留意的事情是，在青春期中子女和朋友玩乐的地点，尤其是因为这是他们最容易感受到朋辈压力的时候。父母需要知道子女们经常去的地方，并在其他家长的同意下尽可能提供更健康的地点。

第三个要注意的地方是近在眼前：就是孩子的卧室。孩子们自然会想摆设一些他们觉得吸引的装饰品，但是这种自由必须有个限制，主要在於他们要摆设的装饰品的格调和適切性。

家长在处理这些问题时或会遇到孩子的反抗，这是正常的。因为青少年经验不足，也因为他们要肯定自己从父母及其他成年人中独立的自然倾向。我们不应亦不能控制他们所做的一切。孩子们的抗命，是一个让他们学

习的机会，让他们认识到一个警号，并学习如何处理它。

当问题出现时，父母应保持冷静。也许他们在那个年龄时也曾有这样的情况下获得教训。从事教育需要极大的耐性，尤其在这些他们起初会觉得标准很夸张的事情上。然而，只要父母坚持不懈，以亲情、幽默的方式和信任打动子女，他们总有一天会理解这些规则，并会视它为属于自己的。

## **J. De la Vega**

[1] 圣施礼华，在讲道中的手记，Jose Luis Soria, 《Maestro de buen humor》，99。

[2] 圣施礼华《与施礼华蒙席对话》，第100点。

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/qian-gong-jin-pu-modesty-  
de-jiao-yu-er-er-tong-he-qing-chun-qi/](https://opusdei.org/zhs/article/qian-gong-jin-pu-modesty-de-jiao-yu-er-er-tong-he-qing-chun-qi/)  
(2026年1月23日)