

品味心灵 反省人生

尊敬的各位师长、家长，亲爱的各位同学：

我们每天接触资讯，在广度上已经无远弗届了，在深度上则日益觉得不足。因为深度与传统有关，不能只由字面上得到肯定。大家都知道苏格拉底是哲学家，记得他说过，“没有经过反省的人生，是不值得活的。”但这句话何以是正确的？许多人没有反省，甚至未受过教育，不是也活得好好的吗？如果要反省，又该如何着手呢？反省之后人生又该怎样活下去呢？

尚德人要终生培养理性思维的习惯——世界上公认理性思维习惯正是知识分子应该具备的。

由于家庭的特殊原因，我对抑郁症病人有所了解，也接触了很多抑郁症病人及心理有障碍的人，亲身感受到他们的生活幸福指数是低下的。

做了三十多年校长，我也遇到许多自闭症、多动症和特殊心理问题的学生，我也曾为这些学生陷入深深的思考，学校也为学生心理疏导和教育做过积极探索，有时收效甚微，特别是离异家庭孩子的心理问题，有时感到更棘手。对于这些孩子，校长在此和你们说说心里话：父母是不能选择的，也是无法选择的；帝王将相的家庭也有其不幸的一面，富贾巨商也有他的难言之痛，草根贫民却也有他的欢乐——关键是我们的性格和人生态度是什么，我们的思维方式是什么。

父母离异肯定是家庭的悲剧。世界上悲剧定义是公认的两难，且许多悲剧很难确定责任。作为子女首要是不可陷入悲剧中不能自拔。请想想莎士比亚笔下的李尔王，想想元代关汉卿笔下的《窦娥冤》，想想《悲惨世界》中一生坎坷的冉阿让，想想聋哑盲集于一身的美国作家、教育家海伦·凯勒，相比之下，我们是不是太幸福了？父母有自己的选择，我们也应该认认真真选择自己的人生，善待自己，友爱他人；千万别和自己过不去呀！

尚德的孩子们，我建议你们好好读一读海伦·凯勒的《我的世界》。这位伟大的作家和教育家，是一个又聋又哑又盲的孩子。是什么途径能让她完成教育，使她进入文明世界？不管怎么想，似乎都没有出路。

但是善和爱创造了旷世奇迹，不可思议的一条道路出现了，海伦·凯勒走通了这条道路：当初的海伦·凯勒在又聋又哑又盲的无边黑暗中变得凶悍、狂怒、咆哮，并彻底绝望，是那位伟大教师莎莉文，用手指对手指的触摸开始了海伦崭新人生的第一步。莎莉文老师每一步都包含着重新堕向黑暗的极大可能，如果说这种可能是千钧磐石，那么莎莉文老师的努力就只是一丝柔韧的细线。这场拉力对抗赛的结果是千钧磐石宣告失败，原因是柔韧细线牵连着善和爱，而且这份善和爱牵动和感化了海伦·凯勒内心深处的善和爱。

海伦·凯勒的《我的世界》从生命的极地，告诉大家生命是什么。我相信您认真阅读这本书后，会重新珍惜“活着”这件事，一定会善待自己，并善待他人。

尊敬的各位老师，各位家长，只要我们秉承善和爱，我们的孩子就一定会体会到身边的世界充满幸福和美好。

亲爱的各位同学，善和爱是一场代代相传而又艰苦卓绝的接力赛，就是为了把人类拉出无边的黑暗。许许多多看起来本毫无希望的人，居然给自己和别人带来了无限希望，海伦·凯勒、莎莉文老师、霍金、张海迪……这一个个名字包含着善和爱么？他们在向全世界传递能量！

今天父母离异，家庭烦恼，生活和学习的困难与海伦·凯勒相比都不算什么，请相信：明天的太阳会更美好！

天堂人人可进，幸福生活，人人可以享受，不要高墙，不要禁卫，不要门票也不要通报。不管你身陷何种深渊，只要愿意朝着天堂抬脚迈步，你就进了！

人类的生活经历是大同小异的，在约定成俗的习惯中走完自己的生命。谁能从存在与虚无的两极中，把握到生命的意义与价值，谁就有幸福人生。说得通俗一些就是谁能真正把握自己，谁就拥有了真正的幸福。

《情商》作者丹尼尔·戈尔曼引用过一句话：“任何人都会生气这没有什么难的，但要适时适所，以适当的方式对待适当的对象，恰如其分地生气，可就难上加难了。”

尊敬的各位师长、家长，亲爱的同学，“情绪管理”这是古已有之的问题，今天似乎可以用情绪智商来解答了。一个人的一生就要认识自己的情绪并加以管理。一个人能够把自己情绪管理得越好，就表示他的情绪智商越高。一个人不懂得管理自己的情绪智商，就容易受到外界影响，而无法稳定地朝着既定的目标前进。因此管理好情绪是一生的大事，只有管理好情绪才能用它激励自己达成目标。早在两千多年孔子就提出人要管好两种情绪：一是“怨”，一是“耻”。我希望你们读《论语》时多留意孔子提出的“怨”和“耻”两个字，细细品味，一定会受益的。

我常说，一个人一生要永远铭记四重恩。一是国土恩，二是父母恩，三是师长恩，四是众生恩。其中尤为注重的是父母恩和师长恩。我们要感谢父母、老师，在我们童年和少年时代对我们的关爱与教育，让我们在应该建立人格的时候建立起人格，应该拥有尊严的时候拥有了尊严。请记住人格和尊严是人一生的财富，你要有这两笔财富，即使走进重重灾难，也不会被灾难吞没。

尊敬的各位家长、各位师长，对于孩子，人格和尊严形成期是很脆弱的，我们既要关爱，又要严格，同时又不能苛求、打骂、歧视，尤其不能宠爱、溺爱。请记住，宠爱、溺爱是一种剥夺——剥夺孩子们在莽原长风间独自屹立的权利——如果你宠爱、溺爱，那他们就无法建立完善的人格，也无法真正地屹立了。

尊敬的各位师长、家长，亲爱的各位同学，我不是心理教师，更不是心理医生，但我希望能为心存芥蒂的孩子带来一点启迪，带来一点帮助。让我们更加珍惜善和爱，掌控自己的情绪，在叩问心灵、反省人生的大道上直行。愿尚德人都拥有幸福人生！

姜晓勇

2015年12月2日