

朱煦

好家规是教养的基石

说到家规，眼下似乎已被不少的家庭遗忘了，据说是因为家规来束缚孩子成长的思维。

我对家规的记忆，要从爷爷奶奶说起。记得吃饭时，一定是奶奶为爷爷盛好饭，摆好筷子、汤匙，待爷爷坐定端起碗开始吃，其他人才能动筷子。爷爷吃饭不说话，细嚼慢咽。

我父亲13岁进厂学徒，做到小厂的厂长，母亲靠着外婆做佣人供她读到幼师毕业。母亲格外疼爱我和弟弟，对我们的错误却丝毫不留情。记得一天，我当母亲面脱口而出“他妈的”，母亲一个耳光让我从此恪守在家里说话不敢带一个脏字。

父亲母亲一直按月给爷爷奶奶、外婆钱。等到我和弟弟都挣钱了，父母也要求我俩给爷爷奶奶、外婆按月寄钱，开始每月5元，后来涨到10元。到了我女儿也挣钱，给爷爷奶奶、姥姥按月寄钱也成了家规的一部分。

每个小孩子都会翻大人的包，我们就给孩子立规矩，未经允许，不得翻动他人的物品，当然我和孩子的妈妈也做到了不翻动女儿的东西。长此以往，我们家庭成员之间，未经允许不翻动他人的东西成了共同遵守的家规，从日记、信件，到如今的手机、邮箱、社交账号。

不同的家庭家规是多样的，体现着这个家庭的文化，体现着这个家庭的价值观，也体现着这个家庭人与人之间的相互尊重。家规是建立良好习惯的基础，也是形成良好教养的基石。

一个有意思的现象，在物质紧缺时代，人们在意家规；而在物质充盈时代，人们反倒忽略家规，似乎物质上不缺了，精神上会上自净。是这样吗？好的家规是从点滴去规整一个生命，在其成长中积累无形的底线，从守规矩到守法自觉，从谦让到合作、从洁言到洁行。思想的独立，自由，与行为的合法、有限是不冲突的。从社会的角度而言，这恰恰是有教养的体现。

要家规更要引导

梁淑珍 吉林省九台市戏剧创作室 退休职员

我结婚比较早，生了一儿三女。当时丈夫在县城工作，家庭负担比较重，培养教育孩子都是我一个人的事儿。等孩子大了，独立意识越来越强，也是我们大人该适时放手、锻炼他自理能力的时候了。于是，我和丈夫商量，立了几条家规，要求4个孩子做到：

- 1、自己的事自己办，不给爸妈添麻烦(穿衣、脱衣、洗头、洗脚不等不靠)。
- 2、上学保证不迟到不早退，放学准时回家(不准去游戏厅、游乐场等场所)。
- 3、及时完成作业，写作业时专心致志，不能一心二用(不准开电视)。
- 4、期中、期末考试必须及时向家长报告(不准瞒报和虚报)。
- 5、做到节俭。爸妈每天给的定额费用不准突破乱花，谁突破了，就从下一次中扣除。
- 6、寒暑假以及传统假日，在完成老师布置的任务基础上，多帮家里干一

些力所能及的事。
7、团结友爱，互相帮助，互相监督，共同进步(不准知情不举)。

8、年终开总结会，每人总结一年的成绩和不足。会后形成文字材料存入家庭档案。

规定是有了，执行的如何呢？3个女孩执行得很好，基本上没有违规现象。儿子就不同了。他自以为是男孩儿，爸妈拿他太重，便时常违规。于是我与丈夫商量后送他参军，还要求儿子当兵要做到“长，宽，高”，即要有一技之长，交际面要宽，工作要高效率，做人还要高素质。还别说，通过在部队锤炼，他从战士考到军校，进步很快，现已转业，成为公务员。

实践使我更加坚信美国教育心理学家威廉·詹姆斯的经典之言：播下一种思想收获一种行为；播下一种行为收获一种习惯；播下一种习惯收获一种性格；播下一种性格收获一种命运。

陈希国整理

老规矩可以不照搬 但是决不能被遗忘

你家家规有几条

- 筷子不许立插米饭中，因为象征着香炉。
- 不能用筷子敲盘碗，有乞丐之嫌。
- 客人添饭时一定要不能说：还要饭吗？
- 敲门应该先敲一下，再连敲两下，急促拍门属于报丧。
- 吃饭坐哪就不能再换，端着碗满处跑那是要饭的。
- 全家人围坐用餐，大人不动孩子不能动。
- 长辈坐正中，其他人依次而坐，一般来说夫妻要挨着。
- 有的孩子得宠，可以挨着老人，但坐椅不可高于长辈。
- 喝汤不许吸溜，吃饭不许吧唧嘴，要闭上嘴唇。
- 吃饭时，手要扶碗，决不许一只手在桌下。
- 不许叉腿躺着，不许咋咋呼呼，不许斜着眼睛看人，不许抖腿。
- 递剪刀时要手握剪刀尖儿，把剪刀柄让给对方。

吃坐行皆要有“相”

刘雁军 四川成都第三人民医院胃肠外科博士

我的女儿快1岁半了，初为人父，有些紧张，因为不知道如何教育这个“小魔头”。

尽管现在时代进步了，孩子接受教育的途径多元化了，但家庭的传承教育对孩子的性格养成和启蒙依然至关重要。回忆起父母给我的家庭教育，至今历历在目。

一是“吃有吃相”。我生于上世纪70年代，那时对绝大多数家庭来说，“吃”是天大的事情，吃相不好最丢脸面。如果长辈不上桌，我们是不准上桌的。每一道菜，必须等长辈动第一筷，然后才轮到我们小辈。吃饭的时候必须专注，不能有声音，尤其是吃面和喝稀饭的时候。必须吃光盘里的米粒，碗里不能有剩饭剩菜。吃完饭，长辈不下桌，我们是不能离开饭桌的，只能静静地听长辈的教诲。离开桌子后要收好自己的碗筷和垃圾，到厨房帮父母清洗。小时候经常在吃饭的时候会受到父母的训

斥，弄得我战战兢兢的。

二是“坐有坐相”。记得小时候我们家有两张藤椅，是我们家最舒服的坐具了，是长辈的专座，如果父母或爷爷奶奶过来了，我们必须要让座。如果家里来客人，没有座位，我们只能站着，大人说小孩没有腰杆，站着不累。如果串门走亲戚，坐相就更重要了，不能去坐别人的床，不能坐得很散漫，不能晃悠椅子，更不能跷二郎腿。

三是“站有站相”。歪戴帽子斜穿衣，站得东倒西歪，是最不礼貌的。记得我小时候好动，长辈给我讲话的时候，我忍不住要动衣服，挠痒痒，或者眼睛不看着长辈，经常要惹来一阵训斥。

我现在已经快到不惑之年了，历经世事，越来越觉得父母给的规矩难能可贵，需要我们一代代传承下去。虽然琐碎而繁多，但点点滴滴都透露出要敬畏劳动，敬畏长辈，敬畏生活，这样才懂得珍惜。

吃得了亏关系睦

尼玛格桑 四川甘孜 警察

上初中住校的儿子打电话告诉我，班里有个同学家庭遭遇变故，身为班长的他，将自己平时节省的50元捐给了同学，还替他买好了回家的车票，虽不算多，但聊表心意。我马上对他表示支持和肯定，并再次叮嘱：“吃得亏，才能打得拢堆(四川话：与人关系和睦)。”

我童年时代的家境不太好，兄弟姊妹多，时不时饿肚子，但善良的邻居和亲友总把他们不多的口粮与我们分享，我这才健康快乐长大的。

后来当了警察，自己的小家过得温饱快乐。上世纪90年代末，儿子出生，在尽可能给他物质满足的同时，我和妻子更多注重在品性和人格上培养造就他，尤其教他要为别人着想。儿子5岁时，一天我一位远房表妹来拜访。她腿天生残疾，不久前丈夫又病故，拖着一屁股债，带着两岁的儿子，决心自食其力，借钱搞点小生意。但亲戚们谁都不肯不愿也不敢借钱给

她。我和妻子犹豫和考虑了半天，决定借钱给她，尽管当时我家存款也没多少，儿子又快上小学。但我觉得表妹此举实属不易，我们也只是尽力支持她，我和妻子达成共识：即便她将来生意失利，我们也当好好事积德，决不让她还钱。

凭着非凡的努力，表妹把生意做得很大，很快还清了我们的钱，几年后经济条件比我家还好。表妹不止一次感慨说：当时自己处在那样窘迫的境况，亲戚们不肯不愿不敢借钱给她，是人之常情；我肯借钱给她，则是对她最大的尊重和信任。

这件事对年幼儿子的触动很大：人做事要对得起自己良心，不图回报，必有善报。儿子后来把奥黛丽·赫本的名言——“你有两只手，一只用来拯救自己，另一只用来帮助别人”作为座右铭，经常去街道社区和福利院做义工，平时热心帮助同学，宽怀大度，让我们很欣慰。

黄自宏整理

孝敬皆是教育成

依日桂 内蒙古锡林浩特市 媒体人

多年来，我一直帮助父亲照顾着年迈的奶奶，因此错过了很多年轻朋友欢聚玩乐的机会，但我从未感觉可惜。

在我们家的家规里，尽孝是最重要的内容，而且尽孝不能停留在口头上，更要注重实际行动和感情成分。我从小看着父母如何尽孝，耳濡目染中形成了一个观点，尽孝必须做到细微处。因此，工作后，我就代替父亲照顾起80多岁的奶奶，每天根据她的口味单独给做饭，陪老人散步聊天，让她心情愉快。

蒙古族在平时饮食、节日礼宴和集会时，都给长者以极为尊重的地位。谚语说：“老人的经验教育人，太阳的光辉

温暖人。”“金银可以获得，父母不能再得。”蒙古族的祝寿礼和过本年都是在年纪大时才举行。一般在60、70、80、90岁时才祝寿。来宾都为老人斟满酒、献哈达礼品，祝寿宴隆重而又热烈。

蒙古族认为，孝敬父母是报答父母的恩惠。很多蒙古族人家都将孝敬父母视为做人的根本。但随着社会的发展和生活方式的加快，现在的中青年把更多的关爱和重视都给了子女，忽视了对父母的孝敬与赡养，“重小轻老”现象越来越普遍。

每个做父母的都希望自己的孩子能够有孝心，但孩子孝敬父母的品德是教育出来的，与家教有很大关系。在儿女成长过程中，要让孩子感受到父母的辛苦，要给孩子孝敬父母提供机会，比如让孩子做力所能及的家务以减轻父母负担，激发孩子的感恩之心等，让孩子养成一个良好的习惯。我从小就是被这样教育的，因此我也会用这样的家规来培养我的孩子。

勤孝俭恒须传承

余永海 河南省南阳市卧龙区委宣传部部长

我的父母是农民，一生勤恳劳作在贫苦家乡那几亩土地上。家虽穷，但父母见识深刻，认为人穷不能志短，家贫不缺精神，要求孩子做人做事都要懂规矩，讲教养。

我家无书面家规，却有必须遵守的规矩。比如晨起要清扫宅院，要向爷爷奶奶请安，要向所见的每一个人问好；要先给爷爷奶奶盛饭，小孩不能上座，吃饭时不说话，咀嚼不发声等。到相应年岁要到田间干活，要有责任，坚持忍耐完成好自己应做的活计；对待同学亲邻新朋友旧好要友善，讲诚心，始终如一。家规主要围绕勤孝俭恒、敬亲爱幼、尊师重道等内容，规范教诲立人处世、持家立业。

父母识字不多，不会像《颜氏家训》、《曾国藩家训》、《朱子家训》形成文字传之后世，就是言传身教地做给儿女看。父母每天起得最早，睡得最晚，汗水八瓣地操劳在田地，却常常顾不上吃饭，舍不得穿，孝顺

父母，抚养子女，正直朴素，真诚待人。潜移默化中，我也把体现父母优秀品行家规融化在言行中，传予我的孩子，教育孩子懂得如何工作生活，经人事，懂得正确面对成功与失败，如何独处与协作。在我的以身作则下，孩子也快乐健康地成长为一个优秀青年。

父母是孩子的第一任老师。凡是父母做得好的家庭，往往子女也奋斗上进；那些好逸恶劳，一身恶习的父母，肯定不会有充满着真善美的家规，他们对孩子的影响是极坏的。所以，给孩子制定家规、执行家规，也是父母值得珍惜的自我反省、重新学践的好机会。

家规祖训不必后代子孙机械背诵，一字不差死记，要的是日月穿梭的熏陶养成，要的是代代接力的传承，承继什么？是文化，是秉性，是传统，是精神，简单说就是做人做事的道理和规范。

鲁钊文/图

