

<<孩子的错都是父母的错>>

图书基本信息

书名：<<孩子的错都是父母的错>>

13位ISBN编号：9787544043311

10位ISBN编号：7544043312

出版时间：2010-1

出版时间：山西教育出版社

作者：张鸿玉

页数：208

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;孩子的错都是父母的错&gt;&gt;

## 前言

（自序）你的孩子快乐吗？

张鸿玉多年以来，我不知与多少忧心忡忡的父母谈过话。

他们对于孩子在求学期间所发生的种种脱序行为，包括与同学起纷争或者被同学欺凌等等，多半表示不解与意外。

对于有些孩子，因为课业压力过大而得了忧郁症、躁郁症或强迫症等精神性疾患，更是觉得不可思议。

许多前来约谈的父母，最不能理解的就是：“为什么别人的孩子都可以承受压力，偏偏我的小孩这么不堪一击？

”或者：“为什么以前他都很乖，现在却突然变得如此叛逆？

”但是，不管问题是什么，父母的目只有一个，那就是：“希望孩子能尽快地回到学校正常就读。

”新时代“赛斯学派”最重视的观念，就是要“尊重个体自我的发展”，所以，我对于孩子辅导的重点，在于尊重孩子的意见，并且协助孩子身心自由地发展。

换句话说，我所关注的，并不是孩子的学业成绩，而是孩子的身心是否健康愉快。

当父母听到我的建议时，起初都会显得相当惊讶与怀疑，因为，他们不但没听到预期中的答案，反而必须开始思考——到底要不要接受这样反传统的新观念？

如我所建议的方式对待孩子，真的是最好的选择吗？

像这样专注于孩子身心健康的辅导方式，并不被这个社会所重视，大家还是比较看重孩子的学业成绩；但是，现今许多孩子会出现所谓的身心异常状况，正是父母过度重视学业的结果。

我对于前来接受辅导的孩子，绝不会要求他去适应社会的标准，而只是协助孩子发展自我的能力与信心，进而去完成属于他自己的梦想。

要知道，社会所代表的是“集体的概念”，但每个孩子都是独特而与众不同的个体，强迫要求个体去适应社会，不但会抹煞个体的特别性与创造力，也会因此使个体遭受到无法成就自己的痛苦与挫败。

当父母听到，我并不会要求孩子应该要更努力读书时，都觉得有些莫名其妙，“如果孩子不能好好读书，将来该怎么办呢？

”却少有父母觉知到，今天孩子会这么讨厌读书、这么没有自信，全都与父母的教养态度有着密切关系。

其实孩子求学，本来是为了增长知识、学习才艺与技能，同时发展德、智、体的健康身心；但不知怎的，如今很多孩子却变成了考试的机器，父母也多只依据孩子的学业成绩来评判其优劣。

像这样一切以考试成绩来定夺的标准，岂不是让孩子的心理负担太沉重了？

虽然说社会竞争如此激烈，教育孩子需要有考核的标准，但并不表示只有成绩优异的学生，才可能有美好的未来。

我们虽然口口声声地强调：“每个人都是独特的，每个人都具有自己不同的才华。

”但整个社会氛围，仍然专注在孩子的成绩与升学能力上，并没有给予他们充分发展自己的空间。

尤其父母爱子心切，在太多的恐惧与期待之下，只有不断施压给孩子；而许多孩子之所以发生身心不适的现象，大都与环境与心理上的压力有关。

记得有一次，我到台北中部为某个协谈机构人员做教育训练，在上课时，我问学员：“当遇到孩子偷改成绩单时，你们是怎么帮助孩子的？

”一位学员回答我：“我们会晓以大义，告诉他，诚实是很重要的品德，你这样偷改成绩，只能瞒得过一时，却会伤了父母的心，毕竟这不是你自己真实的成绩啊！

”听这位学员说完，我就明白，目前大多数的协谈机构还是站在父母的立场，以“帮助父母”而不是“帮助孩子”的心态来解决问题的。

怎么说？

因为孩子会说谎、作出欺骗的行为，当然会让父母失望伤心，多数人都以为我们应该给予孩子辅导，让孩子能端正自己的行为、体恤父母的苦心、为自己负责。

这样的想法并没有错，但我们平日的教育，本来就一直这样教导孩子啊！

## <<孩子的错都是父母的错>>

为什么还是有孩子要去碰触这个禁忌？

有没有人设身处地为孩子们想想——他们这样做，究竟是为了什么？

难道真的是孩子不学好？

天生就是喜欢说谎话吗？

当我说出“只要有想听谎话的父母，当然就会有说谎话的孩子”时，父母都瞠目结舌、说不出话来。想想看，如果父母能完全地接受孩子，看到成绩单时，可以不那么生气或哀伤，那么，孩子有必要说谎或更改成绩单，来取悦父母或逃避责罚吗？

父母以成绩来评判一切的态度，能让孩子敢于面对真实的自己吗？

再说，孩子的成绩不理想，其实还受到许多其他因素的影响，只是一味地在他们身上找问题，这个方向是有偏差的。

更何况，父母完全忽略、也不想承认，自己对成绩的执着，的确有时候会伤害了孩子。

许多父母都觉得自己已经尽心尽力，但孩子不争气、不学好，又能怎么办？

或者，别的小孩都可以接受的压力，为什么自己的孩子却频出状况？

这样抗压力不是太差了吗？

很明显地，父母重视孩子的“成绩”大于“身心健康”，孩子其实早已出现身心不舒服的警讯，但父母所关注的焦点，却始终在课业上面。

就算孩子现在已经有状况了，父母还是只在乎“孩子究竟什么时候才能再回到学校去”！

这些源于父母自身的焦虑与恐惧，让父母不自觉地变成了加速孩子身心不适的推手，可能还会造成日后更严重的问题。

我常说，只有快乐的父母，才能教养出乐观、有自信的孩子。

要帮助这些在困扰中的孩子，我还是会在父母身上下功夫，因为孩子最在乎的，就是父母的感觉，如果父母的价值观不能改变，我们在孩子身上的努力，就可能是白费苦心。

为了协助大家了解问题的核心，我在本书中，将经常发生的案例整理分析，提供给父母师长，以及对孩童、青少年问题有兴趣的朋友作为参考，相信大家必有耳目一新的感受和助益。

推荐序许添盛亲子互动及亲子治疗一直都是心理治疗的重头戏。

我的学生当中有所谓的“专业人士”或“非专业人士”，鸿玉虽不是“科班”出身，但在退休之后（这可又是另一个好典范，许多人担忧在一辈子的职场奋斗后，退休后不知道要干什么，也许你可以好好的看看鸿玉的例子），努力“加餐饭”，不但在赛斯的理论上，更在临床的心灵对话里，精益求精、日益精进。

身为老师最大的开心就是，每当有人告诉我，他（她）因为听了鸿玉的演讲，或看了鸿玉的书而茅塞顿开，明白自身痛苦症结，或放下执着时，我会更确定，栽培学生及为他们创造更多舞台这条路是对的，成立赛斯文化培育更多本土赛斯学派的讲师及作家更是一件刻不容缓的事。

希望日后的新时代赛斯教育基金会、赛斯身心灵诊所、赛斯文化，能栽培出更多像鸿玉这般杰出优秀的赛斯学派心灵辅导员。

鸿玉这本书，除了有专业知识的水准之外，还有她丰富的临床经验及对赛斯思想深入的体会，相信一定可以对全天下的父母及小孩提供最棒的心灵洞见。

也许你的亲子互动一直不佳，也许你在亲子治疗这个领域遍寻专家却苦无改善，那么，看看这本书吧！

你一定会惊喜连连。

希望你和我一样喜欢它。

。

## <<孩子的错都是父母的错>>

### 内容概要

“为什么你都不懂我的心？”

“孩子们经常喊出这句话。

很多父母口口声声说爱孩子，却听不到孩子心灵的呐喊，反而因自己的恐惧不安，又把孩子推入进退两难的死胡同；也有父母总是想改变孩子，希望孩子听自己的话，当个“顺民”就好，不知不觉却给予孩子重重压力。

其实，爱孩子很简单，就是纯粹因为“爱”而爱他，而没有任何期待。

如果孩子能在这种无条件的爱中成长，相信一定自爱、自重又快乐，亲子之间的沟通绝无障碍。

## <<孩子的错都是父母的错>>

### 作者简介

张鸿玉，1971年毕业于艺术专科学校影剧科，其后数十年从事进出口代理业务，足迹遍及世界各地，人生经验极为丰富。

曾任职进鸿汽车国外企划部协理、天下杂志副总经理，现任赛斯学派心灵辅导员、台湾民主纪念馆喜悦书房讲师。

作者于50岁那年，在身心极端痛苦的折磨之下，经历了一场深沉的灵性转化，因此戏剧性地扭转了生命的轨道，开始钻研令人震撼的赛斯资料。

此后数年跟随许添盛医师学习，将赛斯心法运用于身心灵健康的整合，颇有心得。

除了与个案进行心灵对谈外，也在各教育机构与企业团体作公开演讲与课程；现在更是通过写作，开辟出一条崭新路径，与更多朋友达成心灵上的沟通。

著有《爱他，就让他做自己》《爱自己的7堂必修课》《其实你不懂我的心》等。

## <<孩子的错都是父母的错>>

### 书籍目录

推荐序 让亲子互动成为最棒的连线 / 许添盛自序 你的孩子快乐吗 / 张鸿玉1 孩子的脾气怎么会那么拗人类的每个行为,都具有意义责罚,让孩子想要逃避责任恐惧,让孩子害怕失败接受错误与失败,让孩子无畏地体验生命失败的恐惧,让父母伤害了心爱的孩子接受与鼓励,才能激励孩子的心轻松的父母,教养出乐观的孩子强迫症状,是“害怕犯错”的副产品修行,就是重新认识自己信任“自然的结果”,能使生命更美丽、更光亮失败中,有甜蜜的果实2 我呼吸,只是为了我的父母父母的期望,让孩子的负担沉重每个孩子,都承接了父母的价值观竞争与比较,让孩子恐惧与自卑不喜欢自己的人,如同生活在地狱之中无条件的爱,能让孩子自爱、自重3 拒绝长大的孩子孩子需要生长在安全、稳定的环境里潜意识,帮助你“心想事成”潜意识,拥有“无所不能”的力量偷窃行为,来自于内在的空虚与匮乏感缺乏安全感,让孩子“害怕分离”真爱,是偏差行为最好的药方4 为什么我一直想要照镜子对外表过度关切,代表内在的不安全恐惧,让关系相互依赖夫妻感情不合,让孩子担心又害怕外在的境遇,就是内在心灵的具体呈现觉察自己,就是“认识自己”潜意识,知道你所有的秘密接受自己,变成“真正的自己”5 拥抱火山的孩子压抑情绪,容易导致精神性的疾患身体,是我们最密切的“回馈系统”精神分裂的患者,就是“相互冲突信念”的受害者恐惧,是所有痛苦的渊源担心,反而让事情更加“恶化”整合冲突的信念,让孩子做自己随心所欲,欢喜自在过生活6 我好想穿裙子每个生灵,都应该被尊重我真的可以做女生吗男人、女人,其实都是“双性的”接受内在的“男灵”与“女灵”……7 上学是个噩梦后记 别想太多了,你是个好妈妈啊……

## &lt;&lt;孩子的错都是父母的错&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：缺乏安全感，让孩子“害怕分离”有一个才上幼儿园的小女孩，因为经常把同学的东西带回家，所以被妈妈带着来看我。

这个做过空姐的妈妈，外表美丽大方，对于孩子的管教，简直严格到让她自己都想要抓狂。

她说：“我看到孩子吃饼干时，只要掉了一点碎屑在地板上，我就会很生气；看到孩子的衣服在玩耍时弄脏了，我也会骂她；有时候气极了，还会把孩子关到厕所里，再把电灯关掉，让她好好的反省一下。

可是她还是一再犯错，我也不知道该怎么教育她？

我的朋友都说我太紧张了，老师，你说我是不是有问题？

”听她说完，我也很难过，把年幼的孩子关到黑暗的空间里，真的是非常粗暴的行为。

想想看，连我们大人有时候遇到突然停电时，都会吓得不敢随便行动，更别说是个年幼的孩子了，像这样的恐怖事件，只要发生过一次，就有可能带给孩子终生难忘的伤害，所以父母怎么能不好好地觉察自己的情绪？

不过是想纠正小孩的行为而已，往往因为难以控制的情绪，在无意中伤害了自己的小宝贝，这岂不是令人遗憾？

其实我们不需要去苛责自己的情绪，应该要围绕引起焦虑情绪的因素来探讨，否则老是责怪自己情绪暴躁，却看不清是什么引起的，怎么能抓到真正的罪魁祸首呢？

想到以前，我也曾经是个神经紧绷的妈妈，因为工作忙碌、压力大，就经常把脾气发在孩子身上，让我的孩子吃了不少的苦头；到了后来，当我知道这样的对待孩子，会伤害孩子幼小的心灵时，真是羞愧极了。

因为自己的无知，竟然也连累了小孩，后来我花了许多时间跟孩子道歉，同时也费了更多的心神来调整自己的工作，我发现只要我忙碌起来，就会开始焦虑，只要焦虑，脾气就会急躁，而这时候很容易丢三落四、手忙脚乱地，把许多简单的事情做错，只要发现事情不如意，就想要把自己的过错推给别人，这时，孩子就成了最好的代罪羔羊，因为孩子小，没有能力分辨是怎么回事，所以我很习惯的就开始责怪孩子，怪她太吵、不听话，以至于为了照顾她，占用了我太多的时间，是她让我头痛发作之类的，使得她总是带着畏缩的表情，赔罪似的在一旁拉着我说：“妈妈，对不起！

是我的错，我又害你上班迟到了！

”想到这里，我就会惭愧地掉下眼泪，实在好心疼孩子在当时因为我的无知所遭受的折磨。

当一个人处在昏沉之中时，没有能力观察到自己的情绪，没有能力看到自己就是那个麻烦的始作俑者，只会把气出在别人身上，所谓“欲加之罪，何患无辞”？

这个年轻的妈妈还告诉我，当她送孩子去幼儿园上学时，孩子都会不停地哭闹，不愿意与妈妈分离，并且还要求说：“妈妈，可不可以给我一张你的照片？

我在学校会想念你耶！

”“这孩子怎么这么奇怪？

我每天下午不到四点就会准时到学校去接她回家，她居然还会想要带着我的照片，真是又好笑、又好气，老师都说，我的孩子太黏我了，我到底该怎么做，才能让她安心地去上学？

”年轻的妈妈不解地问我。

我问这位妈妈：“你是不是常常对她说，如果她不乖的话，你就不要她这个小孩了？

”“对啊！

我跟她说，如果不听话，就要把她送给别人，我不要像她这样不乖的孩子！

”“就是因为经常恐吓她，动不动就要把她送给别人，所以引起了她的恐慌与焦虑，深怕有一天自己真的会被遗弃，当你一离开她的身边，她就会担心永远的失去你、再也看不到你了，所以连上学都不能安心，谁知道下课后，你会不会出现呢？

当然就会哭哭啼啼的，还想要带着你的照片在身边，我想她真是给吓坏了。

”年幼的孩子，哪有能力分辨父母话语中的真假？

她们真的会相信自己随时都有可能被抛弃呢！

## <<孩子的错都是父母的错>>

说来真是遗憾，几乎每个做父母的都曾不经意地恐吓过自己的小孩，譬如“如果你再不乖，警察就会来把你抓走喔！”

”、“如果不听妈妈的话，上帝就会处罚你喔！”

”、“你这样的成绩，将来如果没有饭吃，我们不会管你喔！”

”由于父母担心孩子不自爱、不争气，于是一再地使用恐吓的方式来教育孩子，而这些恐惧，也让孩子从童年一直携带到了成年。

一个已经读初中一年级的男孩，提到了他心中的恐惧，他说：“我的柜子里，有一个小的旅行袋，里面装着我的一些换洗衣物，如果有一天爸妈因为吵架要分手，我就可以随时跟着爸爸一起离开。

爸爸对我比较好，而且他会赚钱，所以我跟着他比较有保障。

”你看，这是不是挺恐怖的？

小孩都已经准备好随时要跟着爸爸离家出走了，这样的小孩，生活会过得坦然吗？

有个妈妈曾问我：“我上小学四年级的儿子，每逢下课时间，就会从学校打电话给我，问我现在人在哪里？

在做些什么？

这个孩子怎么会这么需要我？

这是怎么回事？

”所有挂念着父母的孩子，背后都有着不安全的理由啊！

否则，跟同学一起玩都来不及了，哪有时间去想别的？

许多妈妈平日太关心小孩了，把他们照顾得无微不至，让孩子在什么时间都少不了妈妈，只要妈妈离开一会儿，小孩就害怕得不得了，生怕妈妈不在的时候，会发生什么不好的事情。

也有的小孩，因为爸妈经常吵着要分手，担心自己在上学的时候，妈妈就不见了，所以也会不定时地打电话回家查看，以确保安全。

所以，千万别以为孩子是多么的喜欢父母，以至于连分开一会儿也不行，事实上，孩子天生就能体会家庭中的气氛，能洞悉家中是否安全。

一旦嗅到不安全的气氛，就会引发各式各样所谓偏差或怪异的行为。

孩子的不正常行为最后引起了父母的注意，而父母只好向外寻求援助，最后发现，如果想要帮助孩子、改变孩子，父母自己也需要改变，这就是我所谓的“目莲救母”。

原来，每个小孩都是小天使，天使看到了父母的痛苦，为了想要拯救父母的婚姻、帮助父母的感情和好如初，于是就先让自己变成一个有怪异行为的孩子，让父母看了十分头痛与担心，最后迫使父母不得不想办法来解决孩子的问题；最终父母会发现，为了解决孩子的问题，父母自己必须要先转变，只有父母的改变，才能让孩子以及整个家庭回到正确轨道上。

生命是一个伟大的旅行，旅途中发生的所有的事情都是要让我们去体会、去经历的。

想要体会旅程中的美好，我们需要信任与勇气。

信任，可以产生勇气，勇气，能够让你大胆地去行动。

存在中的一切都是美好的，每个人都具有独特的资质与天分，所谓“天生我材必有用”就是说，每个人都是特别的。

想要知道自己究竟是谁吗？

自己的天命是什么？

去“发现自己、认识自己”就是我们这一生最有趣、也是最具有挑战的任务了吧！

倾听自己内在的声音，只要顺着内在的呼唤顺流而下就对了！

但是，如果做父母的一直都是胆小如鼠，不愿意让自己尝试崭新的生活，那么食古不化的结果，就只有孩子站出来，扮演心灵成长的推手了。

## &lt;&lt;孩子的错都是父母的错&gt;&gt;

## 后记

<后记> 别想太多了，你是个好妈妈啊！

多年来，我经常有机会在各地宣扬赛斯身心灵整体健康的思想。

往往父母了解到：原来孩子的偏差行为都与身心状况、与自己的教养态度有着极密切的关系时，会感到非常的内疚，心急如焚地想要知道：“那我们该怎么做，才能帮助孩子？”

每个做父母的都深爱着自己的小孩，没有人会故意让孩子受伤。

所以，当父母发觉，自己在无意中所造成的重大影响后，都难过得不得了。

过去，我也曾是个焦虑且疯狂的母亲，借着爱孩子的名义，掌控了孩子生活里的一切。

孩子在成长的岁月中，生活得紧张又委屈，我却浑然不知。

在我开始接触身心灵整合的修炼后，才有了大梦初醒般的觉悟。

尤其当一些被视为出了状况的孩子，对着我诉说他们的痛苦时，更是让我既惊吓又心疼，惭愧得简直无地自容，因为，我自己也曾是那些孩子口中所形容的“恐怖妈妈”。

有一段时间，我发现自己经常心虚地问女儿：“会不会觉得妈妈过去太严格、太过分了？”

我是个坏妈妈，对不对？

“女儿通常会对着我甜甜一笑，然后用安慰的口吻告诉我：“妈妈，别想太多了，你是个好妈妈啊！”

听到孩子这么说，当然就稍觉心安，但我还是会不放心地补上一句话：“如果你突然想起妈妈过去有什么让你不愉快的地方，一定要跟妈妈说，好让我有机会跟你道歉喔！”

妈妈现在是很勇于认错的喔！

“我想，自己真是被前来谈话的许多孩子给吓坏了！”

从他们的话语里，我才深深领悟到，父母在孩子整个人生中所扮演的关键角色。

既然知道自己曾犯下许多无心之过，当然做父母的就要勇敢地向孩子道歉；虽然说，道歉可能不足以弥补孩子对父母所有的误解与怨怼，但真诚的爱心，永远都能碰触到孩子心灵的深处。

因此，对孩子说出自己真诚的歉意，就是最好的疗愈药方，孩子也能由父母真心的表态中，感受到真爱强大的力量；这无价的爱，就能永远伴随着孩子，让他们终生都觉得自己是有价值的、自己是值得被疼爱的。

父母道歉的过程，不但需要真心、诚心与耐心，还会不断地在日常生活中重复地被考验，这怎么说呢？

有一次，先生与我，带着已成年的女儿一起去吃日本料理。

席间，我感觉到口中的鱼片，颇有些腥味，于是我问服务生：“今天的鱼，好像不是很新鲜喔？”

“服务生回答：“这种鱼，就是这个味道！”

“我听了有些不服气，于是又说：“是这样吗？”

这种鱼如果够新鲜，应该是不会有腥味的啊！”

“服务生陪着笑脸，说：“好啦好啦！”

下次我们会注意的。

“这时，坐在身旁用餐的女儿，用手臂轻碰了我一下，同时低声对我说：“别这么刻薄好吗？”

“听她这么一说，我简直有些不敢相信，什么？”

我这个消费者，连吃到了不新鲜的鱼，也不能抱怨一下吗？”

而且我的态度是很客气的，没想到做女儿的，竟然说妈妈太刻薄？”

这话未免太严重了吧？”

实在不太能接受，当下，我就板起脸来，不再说一句话。

回家的路上，我一面走着，一面心想：“为什么这种小事，女儿却会看成是‘刻薄’？”

这其中必有缘故啊！”

“想着想着，突然心中一亮，明白了！”

原来我这个做妈妈的，从女儿小时候起，就一直罗嗦个不停，不是嫌她这不好，就是批评她那个不对的，在她的眼中，我根本就是处处不饶人的“刻薄”家伙。

这几年来，我虽自觉与孩子的情感修复得不错，但那仅仅是在意识表层做了一些调整，每当遇有突发

## <<孩子的错都是父母的错>>

事件时，我们会毫不自觉地掉入无意识的惯性中，让过去的经验与感受浮现到意识层面上来，接管自己的情绪与理智。

这也就是许多做父母的常说：“我并不想发脾气啊！

但只要情绪一来，就又忍不住发作了！

”如果我们不够觉察，过去的经验与制约，就会重复地让我们经验到同样的事件与命运。

回到家中，我告诉孩子：“你说得很对！

我以前的确是个刻薄的妈妈，很抱歉对你造成的伤害，请再给妈妈一些时间与机会，我一定会是个愈来愈好的妈妈，好吗？

”女儿听了，有些不好意思，因为她自己也没意识到，怎么会说出这样的话来。

但是，我既然知道了，就很愿意向她坦承事情的真相；我真的很爱孩子，不想让孩子以为她犯了错以及出言不逊，这样不但无辜地加深她的罪恶感，也让我失去了提升自己意识的良机。

有什么能比真爱更伟大呢？

为了爱自己、爱孩子，我真心诚意想要检视自己，不断地在自己身上下功夫。

在这里，我要鼓励每个做父母的朋友，理直气壮地告诉自己：“我是好爸爸，我是好妈妈！

”不要在意过去的一切，勇敢跟孩子表达自己的歉意与心意。

孩子是我们的宝贝！

我们与孩子之间只有短短几十年的交集，他们是天使、是我们的老师；孩子值得我们去学习的地方太多了，珍惜这个与天使共同生活的良缘吧！

## <<孩子的错都是父母的错>>

### 编辑推荐

《孩子的错都是父母的错:如何说孩子才会听,怎么听孩子才肯说》:七帖身心灵观念的良方,解开亲子间纠结不清的难题为什么孩子总是不听话?犯了错还死不认错?为什么孩子认为活着已经没有意义,找不到存在的价值?孩子有说谎和偷窃的习惯怎么办?我的小孩老是离不开镜子,该如何是好?孩子一直听见有人批评他、骂他,怎么会这样?我的儿子喜欢穿裙子,让做父母的如何面对?孩子害怕上学,到底出了什么问题?搜狐母婴推荐阅读。

<<孩子的错都是父母的错>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>