

<<透析童年>>

图书基本信息

书名：<<透析童年>>

13位ISBN编号：9787802037212

10位ISBN编号：7802037212

出版时间：2009-6

出版时间：中国妇女出版社

作者：王树

页数：218

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>

<<透析童年>>

前言

肯·威尔伯（Ken Wilber）在谈到“转化”这种自我进化的过程时说：“转化，需要探索自我，深入观察自我，掐紧自我的脖子，直到窒息而死。

转化不是一种信仰，而是要使信仰者死亡；不是诠释这个世界，而是转化这个世界；不是找到慰藉，而是在死亡的彼岸找到永恒。

”对许多人来说，这是某个人的理论和认识，但对王树来说，这里所描述的一切，就发生在她的身上。

她经历了一个转化的过程。

尽管不是大彻大悟的转化，但也常常是把自己打碎了，再重新组装，然后再打碎再组装。

这个过程，需要巨大的勇气来面对自己，需要巨大的勇气承受痛苦，并在痛苦中升华，这正是她自我创造的里程。

与此同时，她也在做着转化这个世界的工作。

这两个过程，同时并进，而这本书，正是王树这两部分工作的结果。

<<透析童年>>

内容概要

这是一本难得一见、视角新颖的家教图书，作者用感觉触摸人的内心深处，从探讨自我内在世界的形成起步，对儿童的自我成长与发展作了鞭辟入里的分析，并由此提出教育中一个关键点，即当父母还没有真正成熟形成完整的自我时，他们在教育孩子的过程中就必然遇到很多难题，并导致亲子关系以及家庭教育陷入困境。

只有父母有了内在成长的愿望，并从内心逐渐走向真正的成熟，才能与孩子形成良好的生命连接，父母与孩子将共同获得身心的放松，孩子才能在最美好的生命环境中一步步健康成长。

本书试图用一种氛围将人包裹住，把读者带回到自己的童年，让所有的时间和感觉都回去，重新组装自己的童年。

这是一个治疗的过程，对有些人是陌生的，但如果父母尝试着走进去，那将是一个全新的感觉。

无数父母已经在作者的课堂上进行了有效的尝试，并取得了令人欣喜的效果。

<<透析童年>>

作者简介

从中国首批蒙特梭利教师到成人心理生命成长的引领者，王树经历了以下成长历程：

1995年：同孙瑞雪共同创办了中国第一所“爱和自由”国际学校；

2000年：创立了孙瑞雪教育机构重要的教育研究、教学培训、家庭培训、教育咨询单位——北京心智研究中心（现更名为北

<<透析童年>>

书籍目录

序言：打碎自己的童年 孙瑞雪自序：走向生命的成熟状态引言 准备好了吗 一、一个典型事例
 二、最亲密的关系却没有交集 三、和孩子一起完成内在的成长上篇 童年的秘密与连接 第一章 如何让孩子建立归属感 上节：就这样失去心的连接 一、从天国而来 二、在母体中的感受 三、不受欢迎的出生 四、被抛弃的迷茫 五、失落的归属感 六、哪里是属于我的地方 七、寻求改变 下节：孩子，我们的心在一起 一、孩子，你的心是否有个家 二、归属，孩子生命之初的渴望 三、父母，让我们的心找到归属 第二章 给孩子一个安全的家 上节：安全感的缺失 一、从天国而来 二、妈妈的脸说变就变 三、变幻莫测的大家庭 下节：孩子，世界是安全的 一、孩子，你眼中的家安全吗 二、孩子，我想给你一个完整的家 三、父母，让我们重建自己的安全感 第三章 学会认同你的孩子 上节：在否定中失去自我认同 一、从天国而来 二、出乎意料的迎接方式 三、不断地被评判 四、不断地被比较比较 五、人生是角色 六、欣赏是梦想 下节：孩子，你很好 一、孩子，父母接纳你吗 二、父母，我们的内心也有一个“孩子” 三、父母，让我们学会认同自己 第四章 你给孩子的是爱还是伤害 上节：缺失爱，生活变得好艰难 一、从天国而来 二、爱的法则 三、爱的缺失 四、爱的觉醒 五、爱的渴望 六、爱的秩序 七、寻找真爱 下节：孩子，我爱你 一、孩子，你的生活中有爱吗 二、爱是生命内在流动的感受 三、父母，让我们爱的感受复苏 第五章 让孩子做完整的自己 上节：天使心中的自我 一、从天国而来 二、精神种子的萌芽与成长 三、伴随着流失的成长 四、觉醒 下节：孩子，你是完整的自己 一、孩子，你是否在成为自己 二、成人，你是否遗忘了自己 第六章 两棵树的生命 上节：孩子的世界 一、孩子的内在生命 二、孩子的内在需求 三、建构孩子的内在世界 四、形成生命的“第二层皮肤” 下节：成人的世界 一、迷失的自我 二、心灵的匮乏 三、生命的盔甲 四、两棵树的成长下篇 做生命的舞者 第一章 寻找滋养心灵的能量 一、与音乐连接，滋养身心 二、与肢体连接，调养身心 三、与冥想连接，净化身心 四、与自然连接，敞开身心 第二章 做自己的观察者 一、学会庆贺 二、学会呼吸 三、觉察与内观 第三章 做自己的生命专家 一、家族能量的延续 二、接纳父母，接纳家族系统 三、接纳自己的历史 四、接纳不等于喜欢 五、学会等待 六、原谅自己 七、学会转化伤痛的能量 八、我对自尊的宣言 九、自我治疗的阶段 第四章 生命之舞尾声：生命的连接

<<透析童年>>

章节摘录

上篇 童年的秘密与连接第一章 如何让孩子建立归属感每一个生命的到来，在某种意义上都是一个天使的来临。

一个刚刚诞生的婴儿，他不仅是一个能够让我们看到、触摸到的小身体。

他的生命内部，同时带着宇宙所赋予每个人灵性的能量和信息。

他犹如一组密码，承载了一个生命成长的全部资源，这使得婴儿的生命拥有了一种与生俱来的灵性精神和具有创造力的生命特质。

其实，我们也曾经是这样，只是在我们破译这些密码、进行自我创造的成长过程中，我们的环境、我们的教育、我们身边的成人，让我们的内在需求，存在太多的缺失，而非满足。

比如，归属感的缺失、安全感的缺失、认同感的缺失、爱的缺失、自我的缺失……于是，我们迷失了自己。

这种缺失，并不会随着我们年龄的增长而消逝，而是隐埋在我们生命的最深处，我们很少会清晰地觉察到它们，但它们却是我们生命的“老板”，每时每刻都在指挥我们的思想，牵动我们的情绪，主导我们的行为。

了解我们自己的需求，也了解孩子的需求……上节：就这样失去心的连接一、从天国而来光，明亮而交织着，由白变蓝，由蓝变紫。

白是那么清澈，蓝是那么深邃，紫是那样剔透。

爱，弥漫在整个空气里，散落在每一个角落，围绕着每一个人。

海，宁静而包容，一眼望不到边际，只有那一片湛蓝进入眼帘。

花园，安逸而祥和，花朵与绿树相互欣赏。

男人，被白色长袍包裹着健壮的身体，悠闲地躺在树枝下的摇床上。

女人，被如海水般的蓝缎包裹着柔软的肢体，优雅而宁静地编织着。

孩子，被光围绕着，一身洁白，让你永远想不到黑。

无论男人、女人，还是孩子，他们都有一对可以自由飞翔的羽翼。

那真是一个很美的地方，令人向往而留恋！

一个可爱的小天使坐在桂树枝头，双翼发出祥和的光，正闻着清清的桂花香，陶醉在满园的七彩缤纷中，那模样时而显出圣洁与高贵，时而又俏皮与舒展。

她微笑着说：“我是归！”

一位长者走来，平静地对归说：“你将拥有一项神圣的使命——作为一份珍贵的礼物，送给有爱的人，并再次唤醒人间更多的爱！”

但是，到了人间，你会逐渐忘却你的使命。

不过，随着生命的流失，你还会逐渐回忆起那爱的感觉，并再次找到它。

带着这种使命，归扬起她美丽的天使之翼，恋恋不舍地回望着那昔日玩耍的花园，静静地飞离天国，飞向人间，飞向那充满一切可能的未来。

天国通往人间的路，依旧是一条光之路。

一束祥和的光，由天国直达人间，却看不到尽头。

在光的隧道里，有从未听过的音乐，悠扬极了，如同生命力的一部分，无法分割；有从未看过的图画，绚丽极了，如同生命力的一部分，无法分割；有从未见过的舞蹈，优美极了，如同生命力的一部分，无法分割；有从未体验过的感受，美妙极了，如同生命力的一部分，无法分割……这一切让天使归感到兴奋极了，她张开自己美丽、轻柔的羽翼，将听到的、看到的、体验到的统统接收在翅膀之下，这让她看起来更加的圆满。

带着这份深深的喜悦，伴随着圣歌，天使归慢慢从光的隧道飞落下来！

二、在母体中的感受这个女人知道自己马上就要生了，她并没有做好准备要这个孩子，所以这个孩子的到来，给了她很大的压力。

她甚至不知道怎么照顾孩子，如何去过未来的生活。

但是该来的总是会来的，孩子就要出生了。

<<透析童年>>

归慢慢睁开眼睛，原有的光芒消失了，周围一片昏暗，没有天，没有云，没有阳光，安静极了。

归躺在一个安全而又柔软的气泡中。

在这全新的环境里，归在经历新生蜕变的过程。

她不能再明亮的眼睛看见天国般美丽的风景，但却可以用丰富的感受了解周围的一切。

她不能再享受天国的阳光，但却有被呵护的快乐。

在很长的时间里，归不断地变换角度来体验自己的变化。

这种变化很新奇，身体在不断地增长，模样越来越清晰，只是那对圆满而美丽的羽翼却越来越隐形了。

当然，归清晰地知道，这个日益成长的身体和这对隐形的翅膀是不可分离的，只有它们一体化的时候，生命才具有真正的意义。

所以，归会捍卫她的翅膀，并按照它的指引来不断成长。

归不仅清晰地体验着自己的变化，而且清晰地感受着气泡主人的变化。

通常，气泡中的光线和温度是恒定的，柔和、温暖。

无论归用手还是脚，每一次触碰气泡壁的时候，那种软软的弹性都让她久久陶醉。

虽然空间不大，但也能自得其乐。

但有时候，气泡壁突然紧缩，伴随着一股异常的空气袭来，归的身体一下子收缩，归的心也跟着一下子紧绷，难受极了。

归知道，气泡主人那经常不约而至的坏情绪又来了。

她日复一日地酝酿着这些坏情绪，却不知道，这对于她肚子里的归而言，是一个莫大的苦难。

坏情绪使她的身体散发出毒素，而毒素很快会进入气泡中。

归感受到灰黑的迷雾带着一种刺鼻的气味在气泡中蔓延。

这种感受不仅会让归很难受，而且会让她间断地忘记天国以及隧道中的感觉，忘了这些就会忘了使命呀！

每每面临这一刻，归都有一个果断有力的决定：用充满光的羽翼，用全部的爱，轻轻触摸那片灰黑，抚慰它，接纳它！

这时，爱的法则就会显现力量，慢慢地将气泡中的灰黑消融。

这种工作有的时候很频繁，并消耗着归由天国带来的能量。

但天使归始终坚守，因为她带着信任、希望和爱而来！

三、不受欢迎的出生该来的终于来了，这个女人到了预产期。

她的丈夫虽然不情愿，但还是陪着她来到了医院，迎接孩子的到来。

这一天，归随着一股力量进入到黑暗而潮湿的通道里，与先前那柔软、温暖的气泡完全不同。

通道不停地、一松一紧地、强烈地挤压着归的身体。

眼睛睁不开了，昏暗而柔和的光没有了。

耳朵听不到了，轻柔而优美的歌声没有了。

嘴巴紧闭着，先前甜美的味道已消失不见。

呼吸也从未有过地艰难，甚至感到似乎要窒息。

归将双手与双腿紧紧地贴住自己的身体，头向下，努力且拼命地向下挣脱着。

那种难以承受的挤压一轮接着一轮地“轰炸”着归。

随着几声震耳的尖叫，一股巨大的力量，终于将归从通道中推挤出来，掉在一个巨大的新空间中。

从这个新空间的定义来说，归出生了！

这个空间嘈杂而又刺眼。

归习惯性地将自己的手和脚伸出去，去寻找那柔软又有弹性的气泡壁，却发现什么也触不到，那没有任何回应的“空的感觉”，让她找不到可以倚靠的东西，这让归害怕极了。

她拼命地哭，而身边的大人们，似乎也习惯了这样，并没有给她太多的理会与照顾。

她不停地大哭，来释放自己所有的不适。

第一次，她感受到了恐惧，就如同那无尽的黑暗。

从通道的挤压到这一刻，这种恐惧被埋在了归的身体深处。

<<透析童年>>

归的耳朵很灵敏，她隐约听到从天国飘来的祝贺声。

归的感觉也很灵敏，她完全开放地感受和吸收这个新空间的所有信息。

归带着所有的爱与喜悦，张开她隐形的羽翼，迎接着父母与亲人的到来！

归努力地睁开眼睛，模模糊糊看到一个面孔，面孔上没有笑容，没有欣喜，但归依然觉得很亲切。

归的整个身体都被这个人抱着，这个她将要称为“妈妈”的人。

一天又一天，归看到的面孔越来越清晰，正是这个人每天给她甜美的乳汁，为她清洗身体，为她更换舒适的衣服。

归很明白：“这是我最亲的人，是我完全依赖的人。

”归在心里对她的妈妈说：“妈妈，我很害怕，因为我不知道这个世界如此冷硬，我从天国来，带着我的爱，带着我的生命，想归属于你，归属于我们的家，但此刻我无法让我的身心都很快适应这里。我需要得到你的照顾，我想先把心放在你这里，帮我暂时保管。

”归不知道，她的到来，并没有给母亲带来喜悦，母亲内心满是失落和不安。

母亲更不可能保管她的心，因为父母已经酝酿好了一个想法。

分离“自己都养活不了自己，还弄个孩子！

送人送人！

”男人那粗野的声音，似乎可以完全超越情感。

“她毕竟是我们的孩子，是我们的骨肉啊！

”“那也不行呀！

”“唉……”父母的这段对话，决定了归的去向。

有一天，一个完全陌生的面孔把归抱了起来。

归看到母亲、父亲站起来，都在看着她。

距离越来越远，面孔越来越模糊……归被抱离原来熟悉的那个房子，来到了一个完全陌生的地方，周围是完全陌生的人。

也许对成人而言，只是为了给她寻找更好的归宿；但归，并没有机会，也没有能力，表达她的感受。

归害怕极了！

几乎要停止呼吸，全身冰冷，犹如一下子被重重地抛弃在北方寒冷、冰冻的房子里，没有光，没有空气！

离开的那一刻，母亲、父亲的面孔，犹如一幅定格的画面，清晰地停留在归的记忆里，但眼前看到的却是完全的陌生。

她知道，她把她的心，放在母亲的身上了，见不到母亲的时候，她总感受到她的心有一种被撕扯的痛。

她只是无法说出来！

但她并不知道，其实从这一刻起，自己与父母的生命连接，已经越来越远，甚至已经割裂。

造物主是神奇的，他给了孩子弱小的身体，却也给了他强大的爱的能量，唤醒别人的爱，也疗愈自己的伤痛。

慢慢地，隐形的羽翼将归包裹起来，爱缓缓地流淌在归的身体里。

爱的法则再次显现力量，归慢慢回到有呼吸的地方，慢慢恢复活力。

带着从天国带来的信任、希望和爱，归重新充满希望。

笑声，不断的笑声，归表达着对周围人的友善和爱。

哭声，不断的哭声，归也向周围人传递着自己的需求。

归用自己的方式向周围传递着信息，但周围的大人们，似乎只是把这些理解成为一种毫无意义的表情。

她的笑声让他们放心，她的哭声让他们烦恼。

他们一如既往地按照他们自己认为的正确方式，照顾着归。

归的内心在呐喊：“我的需要是这样的，而不是你们认为的那样！”

”但她的呐喊不能引起大人人们的注意。

她能够做的，就是用自己的眼睛记录自己的历史。

<<透析童年>>

动荡的生活环境1岁在这个世界已经走过了一个年头，归的内在始终有一种强烈的渴望，那就是再次感受在妈妈肚子里的感觉，感受那种温暖、那份舒适、那片安宁。

归的生命需要借助这种感受带来的力量，迈向新的人生历程。

但是，无论多么渴望，那种连接的感觉都已经无法再现。

就在与孕育自己的父母离开的那一刻起，她已经彻底地离开了自己的生命，心中留下的只是一颗被抛弃的种子。

3岁这个叫“归”的孩子被领养来之后，这个家庭又发生了新的变动，养父母生了自己的孩子。

归显得有些多余了，并且养父母也忙碌起来了，无法同时照顾两个孩子，他们决定把归送给爷爷奶奶抚养。

这一次，归的感受更为清晰，自己被一股强大的力量紧抱着，无论怎样拳打脚踢，怎样挣扎反抗，最终还是被强行抱走了。

那一瞬间，她再次看到，站在那里的男人、女人、房子所构成的画面。

那画面也再一次如同她的呼吸一样停滞在那里。

奇怪的是，归真切地看到，画面中的男人、女人、房子，忽然幻化成了自己出生那一刻看到的那男人、女人、房子，他们眼神中流露出的，依旧是一种难以表达的复杂。

那画面由灰慢慢变黑，那颗被抛弃的种子也在体内蔓延、扩张，它甚至突破了天国赐予归的爱的能量……6岁爷爷奶奶老了，归也大些了，于是她又回到了养父母的身边生活。

养父母虽然有了自己的孩子，但他们是善良的人，把归继续留下，正是出于他们的善心。

“亮亮，来，妈妈抱抱。

”“亮亮乖，妈妈亲一下。

”“亮亮，妈妈给你买了你最喜欢的小车车。

”归非常羡慕这个与她一起生活的三岁小男孩，这个她要称为弟弟的人，他似乎总能获得妈妈以及全家人所有的关注、所有的爱——热情的拥抱、温暖的亲吻、诱人的礼物……归多么渴望也能从这个新妈妈那里，获得跟弟弟一样的爱！

但是妈妈的注意力似乎全都在弟弟身上，很多时候似乎注意不到她的存在。

而且对于妈妈而言，她更希望归独立，照顾好自己，并帮忙照顾弟弟。

归太渴望了！

怎样做妈妈才会爱我呢？

她开始用稚嫩的头脑去思考，得出的结论是——也许自己还不够像弟弟那样讨人喜欢。

于是，她开始观察妈妈的脸色，开始琢磨成人的语言。

她开始懂得如何去讨好他们，如何让他们高兴，如何让他们给自己施舍一份宝贵的爱。

<<透析童年>>

媒体关注与评论

为了让孩子可以成长为一个完整的人，未来能够以完整的人格状态来幸福生活，家长所要做的，就是重新了解自己，寻找生命中那些曾经丢弃的宝贵资源，并以此来了解、伴随和支持孩子的成长。与此同时，也让自己逐渐走向真正成熟的生命状态。

——王树 看着王树老师的书稿，一阵阵悲喜交加，泪流满面，想到了我自己这几年心灵成长的历程，从如何真正爱孩子，到爱自己，接纳自己，到有勇气面对自己、穿越自己，一路走来，真是满心的辛酸、又是满心的欢喜。

从王树老师的课程中，我领悟到了：爱自己，只有自己爱自己，才有足够的能量爱孩子、爱家人、爱社会，生命才能够象花儿一样绽放。

从女儿身上，我欣喜地看到了一个完全不同于我的生命，一个智慧、高贵、圣洁、优雅、自我的生命，一个具创造力、想象力、有爱心、自尊、自爱的生命！

——祎祎妈妈 很荣幸我成为王树老师新书《透析童年》第一批读者，一口气看完了待出的书稿，内心充满了平静、喜悦和一种“正中下怀”的舒畅。

我深深地懂得了，“只要给予正确的足够的爱和自由，孩子自己会成长得很好，而大人的成长，往往要经历艰苦、漫长的历程……”我知道，我已经在路上了，少了刚抬脚时的惊讶、激动和不能释怀。感谢王树老师以及和王树老师一样引我上路的人。

——TT妈妈 在王树老师的课堂上，我开始了我的第二次成长。

当我重新拥有一颗柔软的心，我发现生活中到处都是美好的事物。

我能够进入孩子的世界了，他快乐时，我的心也灿烂，他伤心时，我能感受到他那颗敏感脆弱的心是多么难过。

改变自己的过程是漫长的，会时有反复，或停滞不前，甚至还会回到最初混乱的状态。

但是我知道我的心底，有一朵花正在慢慢绽放。

我相信我能够成为孩子最好的支持。

——卢瑾 要想帮助孩子成长首先要了解孩子的成长规律，要想了解孩子必须先了解我们自己，在现在的生活中我一直在尝试着用探索冰山的方法去了解自己的内在，当自己难过、愤怒、失落的时候，会试着去接受自己的感受，思考感受之下的感受，渐渐地懂得放下心中的期待，内心就会慢慢恢复平静，虽然还没有办法完全与自我进行连接，但是心中一直有那么一股力量在支撑自己走下去，相信只要努力，只要坚持，一定会有所收获，一定会获得成长。

非常感谢王树老师为我们所做的一切，也希望她能给我们带来更多更好的理念！

——巫少峰 王树和儿童的联结让我感动不已。

那份欣赏、那份尊重、那份一致，如同让我换了一个天和地。

我惊讶地发现她眼中的孩子和我眼中的不一样，我发现孩子在她面前美好、愉悦、积极和顺从，可到我这里怎么就不见了。

她说：“为什么你们看不见？”

！

”那就是在说：“为什么你们不能和儿童联结？”

”她努力地把她的感受与大家分享着，让父母首先改变自己，自我成长，最终实现与孩子的联结。

——六六妈妈 那天王树老师的课堂讨论时，乱哄哄的教室忽然没有任何征兆地就静了下来，只见她非常缓慢、非常轻柔、非常优雅地在做一个动作，像羽毛般轻盈飘渺。

我确实惊呆了，我感受到她身体散发出来的能量，荡漾在整个房间及房内的每个心灵！

那是宁静的力量——只有内在先安静下来，外在才能平静。

透过她的这个行为带来的感受，我终于明白了，儿童更喜欢宁静，儿童需要缓慢、清晰的演示。

——顾敏

<<透析童年>>

编辑推荐

成长，不仅仅是对儿童而言，相信这个词汇将越来越多地针对成人。当越来越多的成人，内在有了成长的愿望的时候，他可能需要这《透析童年:让爱走向成熟》作为一个支持，使他在打碎的时候，在痛苦的时候，发现曾经有人也经历了这样一个过程，这将是一个安慰！对孩子的爱引导我们进入自我的修复与成长，由此我们找到了一条让孩子完整成长的秘密通道，循着这条道路，孩子们获得了真正的快乐与发展，并最终获取一生的幸福与圆满。教育，从父母自己的心灵成长开始，一部帮助无数父母走出困境的开创之作，引领父母与孩子协同成长。

<<透析童年>>

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>