

#榮譽領航員

## 守紀律 心靈才有力量

文 / 李偉文 2010-02-11



文章出處：【聯合報】2010/02/11

「常有人說要當孩子的朋友，我覺得奇怪，我明明就是她們的家長啊？」荒野保護協會理事長李偉文認為，教養孩子最重要的，就是從小要教她們自律與常規，孩子能守紀律，心靈才有更大的空間與力量。

李偉文有一雙讀國二的雙胞胎女兒，暱稱A寶、B寶，雖然都是寶，但他卻一點也不溺愛。AB寶從小就是九點要上床睡覺，早上6點起

床，周末及寒暑假也要維持一樣規律的作息；現在上了國中，熄燈號延後到晚上10點，她們也都嚴格遵行，九點半就整理書包、刷牙，準備上床。

李家小孩只喝白開水，不喝包裝飲料、不吃垃圾食品，且從小出門就要自己背水壺。營養師媽媽一定自己煮晚飯，飲食多半很「素」，很少吃肉，偶而吃魚。兩個漂亮的小女生，穿的衣服都是長她們六歲的表姊送的二手衣。要幫忙做家事，自己洗內衣褲，假日要洗菜、洗碗。

李家客廳沒有沙發、電視，只有一個乒乓球桌大的書桌，AB寶下課回家後，就念書、做功課，每50分鐘起來運動一下，玩他們最擅長的扯鈴，或到門口打打羽毛球。

倆姊妹放假時都會擬訂計畫，做完一項打個勾。所有的學科都有一本錯誤訂正本，李偉文不要求孩子的成績，孩子可以自己在成績單上簽名，但「錯的一定要搞懂」。

一大堆的規定與紀律，聽起來甚至像軍隊。但李家的氣氛是親密、輕鬆的，愛笑的AB寶說起話來，還常不自覺地把手勾在爸爸的脖子上。

從小參加童軍團的李偉文得意地笑說，「最好的團長不用搭營帳、忙東忙西，而是躺在搖椅上的團長！只要養成習慣，她們就會自動自發了。」

李家「團長」煩惱的是，「我拜託她們不要讀書了，跟我去登山、溯溪，她們都說不行。」

李偉文認為，從小要培養孩子好的生活習慣與態度，且以身作則，這是父母不能推卸的教養責任。

「父母要當孩子的朋友，應當是指孩子長大以後。」李偉文說，「要尊重孩子的選擇與意願，但這不是代表不管不教。」

AB寶要上國中時，李偉文讓孩子自己選擇，要上升學競爭激烈的國中？或是比較輕鬆的學校？並請兩個學校的學姊都來跟雙胞胎談一談，她們最終選了高競爭學校，剛開始雖然痛苦，但如今倆人在各自班上都有前幾名的成績。

姊妹倆功課好，體育也好，跑步是全班最快的，還聯手拿下北市雙人扯鈴冠軍。愛讀書的她們，文筆也一級棒，定期在聯合報的「好讀周報」寫文章。

李偉文認為，自律與常規的養成，是父母教養孩子最重要的核心，「當他們有夢想，也有追尋與實踐的能力，才會真正快樂！」