

成语里的家风故事

克己奉公:东汉名臣祭遵的家风故事

[成语] 克己奉公

[释义] 指控制自己的私欲,以公事为重。形容对自己要求严格,一心为公。

[出处] 《后汉书·铄期王霸祭遵列传第十》:“遵为人廉约小心,克己奉公,赏赐辄尽与士卒,家无私财,身衣韦袴,布被,夫人裳不加缘,帝以是重焉。”

[大意] 祭遵为人低调,俭朴廉洁,注重约束自己,事事以公为先,所得赏赐都分给将士,家中没有多余的私财,身穿布衣,盖粗布被子,妻子也是身穿短衣,这种风范,让皇帝十分敬重。

[家风故事] 在东汉初期,跟随东光武帝刘秀的文臣武将,大多都是地主豪强,重私利而轻国家。少数清廉忠贞、勤苦为国的英才,留下了好的家风。祭遵就是其中之一,“克己奉公”这个成语就是由他而来。

祭遵到刘秀手下最初常被安排去做

一些小官,没有领兵上阵的机会,但他每一样都做得很严谨。后来在他所负责的范围内,碰上了刘秀身边一个奴仆违反军令,祭遵二话不说就依照军法将其斩杀。刘秀得知后大怒,但在身边谋臣的劝谏下,意识到自己治军所需的正是祭遵这样公正无私、敢于执法的人。于是刘秀转怒为喜,并将其提拔为“刺奸将军”,专门负责纠察整治军队中的腐败违法现象。

得到信任的祭遵,逐渐开始展示他的才华,不久便得到了领兵的机会,开始为了天下一统南征北战。他作战勇猛,曾被弩箭射中胸膛,血流如注,却不让人包扎,也不后退疗伤,而是更加拼命地临阵指挥。他与来歙也是好搭档,多次并肩作战。在讨伐隗嚣的战争中,两人紧密配合,屡立奇功。

如此良才,刘秀自然恩宠有加。刘秀曾将皇帝用的御盖赐予祭遵,还曾亲自

到祭遵的军营中犒劳将士。

但祭遵却一直保持他的俭朴本色,没有因为成为功臣就开始享福。他一直注重克制自己的私欲,所得赏赐,都拿来分给他出生入死的将士,由此深得军心。而他自己却从来没有买田买地,也没有给家人谋什么官职和福利。当刘秀手下那帮地主豪强忙着修大宅子,用名贵丝绸做衣物时,祭遵还是穿着当年的粗布衣服,盖着粗布被子,他的妻子也是一样,数十年来,物质生活毫无变化。

祭遵死后,刘秀极为悲痛,为其举办的丧礼超过其他将领,还曾多次到其坟上祭拜,因为他知道,自己手下这般清廉



刚直的臣子并不多,祭遵走了,太可惜。

由于长期操劳国事,无暇顾及私事,祭遵竟然连子嗣都没有留下。后来刘秀便从其族人之中,找了一个名为祭彤的作为继承者。

祭彤是祭遵的弟弟,在他身上,同样有一股清廉刚直、一心为国的家风。

与兄长类似,最初刘秀对他也没有多在意,只是让他当个县令,主要还是负责照看祭遵的坟墓。但祭彤在短短时间内,就将一个盗贼横行的县治理得井井有条,是当时所有县令中政绩最为出色的一位。他让刘秀再度认识到,这一家人都不简单。随后祭彤得到重用,被任命为辽东太守,负责守卫东汉王朝的北大门。

摘自《新湘评论》

家长课堂

教子路上,别悄悄转嫁压力

□ 付雪

前不久,儿子加加拿回来一张惨不忍睹的试卷,不会的做错,会的也没一道做对的,不是最后算错结果了,就是写着写着抄错数字。这让我十分生气。

联想到最近一段时间给他讲题时他浮躁的情绪,我最终把问题的症结归到了学习态度上。加加爸爸说:“批评学习态度,其实就是家长把压力转嫁到了孩子身上,因为自己已经找不到教育的方向。”

批评学习态度竟然等于转嫁压力,这观点我还是头一次听到,吃惊不小。但仔细想想,好像还挺有道理。我正思考着这个问题,只听加加爸爸接着说:“刚才你叫他去复习,我突然灵光一闪:在他脑子里,‘复

习’就是两个字‘复习’,至多就是把书看一遍,这个是整体性思维。实际上,‘复习’看似两个字,其实可以细化为无数个步骤,比如复习英语可以包括读3遍单词或加读3遍课文,这就是分析性思维。虽然整体性思维对于重大的科学发现非常重要,但是对于孩子而言,他现在缺乏的是用分析性思维的训练来解决问题。”

听他这么说,我才恍然大悟。批评学习态度看似正确,并且触及了问题的根本,实际上还是一种消极的、让孩子摸不着头脑的教育方式。积极正面的方式应当是,根据孩子的具体情况,帮助他找到问题的解决方法。

那晚,我“受教”的同时,儿子也表现出了超乎寻常的学习热情和主动性。他没像以前那样,不到10分钟就出来说“我复习完了,我读完了”,而是一直在看书,好像有很多计划要完成。看来,让孩子明确知道他该做什么,比泛泛地教育他“端正学习态度”管用多了。

现在,儿子还是时不时给我点小“惊喜”,比如被罚站,比如家长会上被批评。我依然会很失落、焦虑,但我不再把他的问题简单归为“不求上进”或“态度不端正”,然后责备一通了事。我还做不到像他爸爸一样凡事理性分析,但是,我不再简单地把压力转嫁给孩

亲子博客

儿子10岁时,脑瓜子特别灵,思想表现也不错,每学期都被学校评为“三好学生”,做父母的为此感到高兴和欣慰。不过,有一桩事,我们拿他没办法,那就是害怕打针。遇到打预防针时,他不是哭哭啼啼,就是东躲西藏,让医生无法“下手”。

记得有一次,儿子不慎,脚底板被锈迹斑斑的铁钉戳了一个洞儿,需上医院打针上药。他哭着嚷着,就是不肯去。我好话说了一箩筐,好不容易才把他弄到医院。岂料,当我从药房领取注射药水后,却发现他已逃之夭夭了……

儿子是个电视迷,尤其喜欢看动画片和武打片,其中大型动画片《哪吒传奇》,他一集也不落下,到了废寝忘食的地步,就连片头片尾的歌也烂熟于心,有时还边看边唱。特别是对片中哪吒智斗村王、申公豹等情节十分入迷,电视放完了,他仿佛仍沉浸在剧情之中。我灵机一动,何不来个将计就计呢?于是,我故意说道:“哪吒,他个头跟你一般高,年纪跟你一般大,可是,他很勇敢,‘千征百战斗魔法’,是个了不起的少年英雄,一个真正的男子汉。”儿子在旁边连声附和。见火候已到,我话锋一转:“不像有的人,打针都哭哭啼啼,躲躲藏藏的,哪像个男子汉!”顿时,儿子脸上露出羞赧之色。我趁热打铁因势利导,告诉他:“除了你喜欢的哪吒之外,还有你非常熟悉的小英雄王二小、雨来、小兵张嘎等等,男子汉就要像他们一样坚强、英勇无畏……”儿子似懂非懂,仿佛明白了什么。

后来,班上打预防针,他总是第一个“赤膊上阵”。班上出现打架、损坏公物等不良现象时,他总是勇敢地站出来制止……每当儿子遇到困难胆怯时,我便以“男子汉”来激励他,渐渐地,“男子汉”形象在他的一言一行中体现出来了。

男子汉是这样炼成的
永州市江华瑶族自治县党史研究室 李荣喜

异国之鉴

日本的国民运动:早睡早起吃早饭

□ 胡霞



态。早餐另一个主要功能是“好好咀嚼”,咀嚼可促使脑活动。另外,食物进入嘴里,再送到胃里的过程中,肠子也开始蠕动,内脏被唤醒。

为了推广“早睡早起吃早饭”运动,日本国立青少年教育振兴机构制作了面向幼儿、小学生及其家长的手册和绘本免费发放。例如小学低年级的手册中有一节“和饭做朋友”,采用积分的方法提醒营养均衡用餐。小学高年级的手册中讲解早饭的作用以及吃什么好。机构还制作了面向家长的简单的早餐食谱,指出早饭的关键在于养成吃的习惯、按时吃、和家人一起吃。社区里也常开展一些家人一起吃早饭的活动,在日本,像这样通过吃饭进行的健康教育和学习礼仪礼貌的“食育”,已在学校、家庭和社会教育

中广泛开展。

调查显示,日本的高中生“缺餐”的比例低,在小学和初中时能够做到“不挑食”的比例分别在47.9%和59.7%,到了高中“不挑食”的比例进一步上升到65.9%。可以说这和日本注重“食育”有很大的关系。

在亲子关系方面,日本中小学生和父母聊天的频率比较高,尤其是小学生和父母经常聊天的比例高达85.3%。这与日本中小学生和和家人一起吃饭或看电视等特点有很大关系。日本某机构的一次问卷调查显示,“经常和家人一起看电视”的小学生为70.8%,初中生也在66.3%。“和家人一起吃饭的时候总聊天”的高中生比例为66.4%。亲子聊天的话题则多为学校或朋友,学习方面的话题谈得并不多,尤其是小学生,“聊天内容多为学习”的比例只有36.8%。

从2006年起,日本兴起“早睡早起吃早饭”国民运动。为了使孩子们从幼儿期就养成良好的基本生活习惯,文部科学省发起了“提高儿童生活规律工程”,同时设立“早睡早起吃早饭”全国协议会,其会员为企业、学校、青少年团体等300多个机构。

吃早饭为什么那么重要?脑的能量源是葡萄糖,葡萄糖不会在体内大量储蓄,我们的身体在睡眠期间也要消耗能量,所以早上起来的时候,大脑和身体都处于能量不足的状态。通过早餐补充葡萄糖等营养素,而不是只喝些饮料等液体,上午身体才能有一个良好的活动状