开学了，不少家长纷纷吐槽，抱怨自己被暑假“折磨得要崩溃了”。将近两个月的暑假，单是一日三餐与暑假作业就已经让家长们生无可恋，不禁仰天长啸，向天发问：问世间暑假为何物？古人带娃也这么崩溃么？相信我，古人的智慧从来不会让你失望。　　□ 据《北京青年报》

古人带娃会崩溃么



婴戏图（元）

攻略之一

送娃去劳动，释放精力吧

我们都背过《孟子》里这样一段著名的篇章：故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……

划重点：劳其筋骨。

没错，古人带娃首先让娃“劳其筋骨”，这在很多古诗中都有所描写：如范成大《四时田园杂兴》中的“童孙未解供耕织，也傍桑阴学种瓜”；如袁枚《所见》中的“牧童骑黄牛，歌声振林樾”……

从这些诗句上来看，似乎描写的是普通百姓人家的孩子，但有个大官也曾写过自家孩子劳动的场景，那就是辛弃疾的《清平乐·村居》，他在词里这样写道：大儿锄豆溪东，中儿正织鸡笼。最喜小儿无赖，溪头卧剥莲蓬。

你看，连分工都这么明确。

若你认为辛弃疾描述的这幅劳动画面只是“摆拍”，那么你就大错特错了，辛弃疾带孩子最注重的就是让他们劳动，并且对此狠下一条心，很有心得。

史学家赵翼曾在《廿二史札记宋制禄之厚》中介绍过南宋俸禄“给赐过优”，并且在南渡之后，官员们的俸禄更是达到了最高点。按照辛弃疾的正三品官职来进行换算，他的年薪应该在200万左右，雇些丫鬟小厮来做这些闲杂事务，那是再正常不过，但辛弃疾偏不。

他对孩子要求颇为严格，关于劳动这件大事，还专门给孩子们写过一首词，词牌名为《最高楼》。

在这首词的序中，他毫不避讳地写了创作缘由：吾拟乞归，犬子以田产未置止我，赋此骂之。

我打算辞职了，但我的孩子们却不同意，认为我还没给他们置办好田地豪宅，对于这种打算啃老的行为，我非常不爽，于是我写了一首词狠狠骂他们。

全词如下：

吾衰矣，须富贵何时？富贵是危机。暂忘设醴抽身去，未曾得米弃官归。穆先生，陶县令，是吾师。

待葺个园儿名“佚老”，更作个亭儿名“亦好”，闲饮酒，醉吟诗。千年田换八百主，一人口插几张匙？便休休，更说甚，是和非！

在这首词里，辛弃疾主要强调了一个观点，那就是再奢华的豪宅田亩也会瞬间化为乌有，唯有知足常乐，靠自己的双手，好好劳动。

没想到一语成谶。

在庆元二年（1196年）的夏天，辛弃疾所住的庄园竟然失火被烧毁，辛弃疾只好举家移居瓢泉，后过着寄情山水的诗意生活。

而当初那三个被他狠狠责骂过的儿子，除了“溪头卧剥莲蓬”的辛稼征战沙场，死于前线外，另外两个儿子都跟着辛弃疾度过了平平淡淡的一生，日出而作，日落而息。

既然孩子们日日“劳其筋骨”，以劳动释放精力，大量消耗卡路里，那么“饿其体肤”也是必然发生的状况，辛弃疾何愁孩子们不好好吃饭！

比狠，辛弃疾赢。

攻略之二

送娃上兴趣班能消失多久就消失多久

在古代的艺术作品中，有很多婴戏图，这些画像描述了古代孩童的童年生活，如苏汉臣的《秋庭婴戏图》、李嵩的《市担婴戏图》、金廷标的《婴戏图》、佚名人士的《小庭婴戏图》等；以及在很多古代日用品的雕刻中，也反映了古代孩童的日常，如北宋磁州窑童子蹴鞠枕、垂钓枕……但，古人送孩子去的兴趣班绝对不会是亲近大自然的抓鱼摸虾、骑竹马放风筝，这不符合古人向来颠覆我们想象力的作风。

本着“女士优先”的原则，我们先介绍古代女童的兴趣班。

在众多诗词描述的画面里，古代女童最火热的兴趣班竟然不是传说中的女红，而是“美妆课”。

比如宠女狂魔左思曾在《娇女诗》中写道：明朝弄梳台，黛眉类扫迹。

又比如杜甫在《北征》里提及的小女儿：学母无不为，晓妆随手抹。移时施朱铅，狼藉画眉阔。

女儿好带，给个梳妆台就能悄无声息玩半天，而对于活泼好动的儿子，那就头疼了，于是古人发明了各种兴趣班，其高大上的程度，绝对不亚于我们现代人。

我们先谈艺术培养。

古人为了给孩子提升艺术修养，会带孩子去看戏，普通的戏剧自然是不值一提，你听说过骷髅么？

没错，南宋画家李嵩就曾画过一张名为《骷髅幻戏图》的画像，小小的骷髅全身的关节都有悬丝，连脚趾头都能活动，精细程度绝不亚于如今的高达模型，大人看了都要吓得掩面，而小婴儿却好奇得很，想扑上来看个究竟，这也给孩子们日后创作“魔幻现实主义”文学艺术作品启了个蒙。

看戏不如演戏。为了让孩子更好地融入到艺术表演中，古人还送孩子去学表演，南宋画家刘松年的《傀儡婴戏图》就描绘出了古代孩子们演木偶戏的场景。看似简单的木偶戏，却要求孩子们在这个过程中学会写剧本、设计角色、准备道具等等一系列编导工作，整个演出都是自编、自导、自演，这相比于现代人带娃直接放部动画片给娃看，简直是高出了几个段位！

再谈体育培养。

提及古人带娃的体育培养，第一反应就是蹴鞠、角球、垂钓，也就是我们现代人的踢足球、打高尔夫、钓鱼，但这对于古人而言是最日常不过的了，似乎也没什么好炫耀的。

值得炫耀的莫过于骑马术，在一幅名为《元人戏婴图》的画像里，只见一个蒙古族小孩骑着一头羊，肩上扛着笼中鸟，坚定而又自信地看向后方，寻找他的下一个猎物。

古代孩子在学骑术的同时，还学会了射击，提升了手脑协调的灵敏度，相比于我们现代孩子骑着一匹小马，绕马场一圈又一圈，家长跟在后面拍拍拍，然后发朋友圈求点赞，古人又赢了。



《傀儡婴戏图》（刘松年 南宋）

攻略之三

问世间娃为何物？直教人诗兴大发！

向来机智的古人也不都是全走人生赢家的路线，毕竟带孩子这事儿，随时都能让人崩溃。

某天，陶渊明发了条朋友圈，他又写诗了，题目为《责子》：

白发被两鬓，肌肤不复实。
虽有五男儿，总不好纸笔。
阿舒已二八，懒惰故无匹。
阿宣行志学，而不爱文术。
雍端年十三，不识六与七。
通子垂九龄，但觅梨与栗。
天运苟如此，且进杯中物。

我已经老了，头发白了，皮肤也出现了几道细纹。我虽然有五个儿子，但他们都不爱学习。老大阿舒已经十六岁了，他的懒惰程度无人能比，每天就知道躺着。老二阿宣到了学习的年龄，但他对于读书作文没有一点兴趣。阿雍、阿端两个娃，都十三岁了，竟然连六和七都不认识。这也就罢了，最奇葩的是通儿已经九岁了，还就只知道吃吃吃。如果这是我的命……算了，不提了，老夫去喝酒了。

陶渊明果真是陶渊明，性情就是这么豪迈，一崩溃就吐槽，吐槽完了就喝酒，带孩子再崩溃，也绝对不亏待自己，这大可成为现代老母亲自我治愈指南。

相比陶渊明，陆游实在有点想不开，他的一生写了九千多首诗，其中有两百首都是写给自己的儿子们，只要一有心得就得写上两句，尤其是写给幼子子聿，常常诗歌的标题就标明了“子聿定制款”。

如《冬夜读书示子聿》系列，与子聿细细详谈读书学习的经验，理论与实际结合，实践的重要性；如《诵书示子聿》系列，记录了父子二人一起读书的快乐时光；如《示子聿·儒林早岁窃虚名》，讲述了他早年的成名经历，年老后却总在梦中听到子聿琅琅读书声……

大多数人临终前交代遗产家底或是讲述一个重大且不为人知的秘密，而陆游临终前却又给孩子们写了首诗，也就是著名的《示儿》，主题依然是爱国，尤其是那句“王师北定中原日，家祭无忘告乃翁”成为了千古名句。

按理说，陆游带娃可谓是尽心尽责，耐心十足，精神可嘉，然而这又有什么用呢？他最爱的幼子子聿，最终还是没有成为一个高尚的人。

成年后的子聿，成为了一名官员，职称不高，却是个肥差，在某个房地产项目中，子聿竟然贪污了三千贯，被百姓所厌弃，当时还流传着这样一句诗：放翁自有闲田地，何不归家理故书！

若陆游还活着，见子聿如此堕落贪婪，又会是怎样的痛心？

虎父也会有犬子。

古人的带娃经历告诫我们现代人：带娃这个事，是得大开脑洞，全方位培养，但也得记着“儿孙自有儿孙福”，适当地放手吧，再多，也管不了了，淡定才是真。