# 裴卫东感悟

来源：网络 作者：雨后彩虹 更新时间：2024-06-20

*第一篇：裴卫东感悟点燃激情 创造奇迹读《罗恩老师的奇迹教育》有感 裴卫东本学期初，为了全面了解罗恩老师的奇迹教育，提升每位教师的个人修养，学校给每位教师发了本《罗恩老师的奇迹教育》，通过学习，受益很多，感悟颇深。深感奇迹是可以创造的，但必...*

**第一篇：裴卫东感悟**

点燃激情 创造奇迹

读《罗恩老师的奇迹教育》有感 裴卫东

本学期初，为了全面了解罗恩老师的奇迹教育，提升每位教师的个人修养，学校给每位教师发了本《罗恩老师的奇迹教育》，通过学习，受益很多，感悟颇深。深感奇迹是可以创造的，但必须点燃孩子的激情。

克拉克学校最最与众不同的便是他们风格各异的活动，他们利用各种机会组织孩子参加许多有趣的实践活动，比如帮助困难的家庭布置一个新家；由航空公司赞助孩子们出游；在学校里设置一堵回忆墙，留下孩子的精彩瞬间；别出心裁的分院开学典礼；为了迎合年轻学生的爱好而在卫生间上贴满整堵墙的明星海报，以及为了给孩子们留下珍贵的回忆而定期设置的既疯狂又奇妙的各类穿越时空主题活„„所有这些活动，他们都会尽可能地利用自己的热情和诚意争取赞助，不需要花费学生任何费用。孩子们既能在这类活动中得到不少的快乐，又能学习到许多有益的技能及解决问题的方法。

要的与人相处之道，比如真诚地为同学鼓掌，用充满热情的鼓励带给他人信心与勇气；比如当别人回答不上问题时，耐心地等同时，克拉克学校还会教授孩子们很多与知识无关，但却非常重待而非抢答„„当然，克拉克老师并非是万能机器人，他也有疲累到不想说话的时候，但是，即使再累，只要一站到讲台上，即使只有四五个小时睡眠时间的他，依然能自欺欺人地用一句“大家早上好！我们开始新的一天吧！”迅速点燃全班同学的热情。

很多意想不到的情景都会在克拉克学校里出现，这些创意的设计是罗恩和他的同事们为了吸引学生，为了激发学生热爱这所学校，热爱在这所学校的学习而绞尽脑汁想出来的。为孩子们付出如此多的心思和精力，如果不是出于一种对孩子的爱与责任，能做到吗？这正是我从罗恩老师身上吸取到的最有价值的东西。是的，我们不能改变体制，但是我们能改变我们自己，正如罗恩老师所说的：当你走进教室，如果你“看到”的是一班违反纪律和有学习障碍的孩子，那你肯定会变得手忙脚乱。而如果你“看到”的是一班律师、商界精英、艺术家和总统，那你就会自如地以你的方式塑造一班高度自信，并对成功有着自我期待的学生。罗恩老师的做法是不能复制的，但是他的理念是值得我们思考的。如果我们能像克拉克学校的老师那样本着对孩子的热爱，本着对孩子未来负责的态度，那么我们也会绞尽脑汁产生许多奇思妙想，我们也能创造属于我们的奇迹教育！

我首先要求他们学业上一定有好的成绩，这是梦想实现必要的东西。学习成绩首先要好，同时我也鼓励我的学生一定要有自己的梦想，我在鼓励的同时也希望他们的梦想都能够现实一些，如果太远大的，太遥远的梦想，我也会尽力帮他们拽回来，不要让他们在追求梦想中面对更多的挫折。梦想是成长的发动机 小时的梦想最珍贵。一个没有梦想的人是没有未来的，改变一个人命运最重要的动力来自于梦想。梦想跟学业绝对不是矛盾的。我从罗恩老师书里看到很多孩子改变都是因为有一个梦想，我自己也有体会。

任何一个教育者他如果不能够发现孩子的梦想，就不可能发现像芝麻开门成功的奥妙，或者最能打动他心灵的那个点，我觉得发现孩子的梦想是极为重要的。比如罗恩老师书里边有一个小男孩长得很瘦弱，居然要打篮球，简直是不可能的事情。但是罗恩老师就鼓励他，有梦想坚持就有可能实现。后来那个男孩锻炼身体打篮球，还请罗恩老师去看，结果看不到五分钟就被罚下场，根本入不了队，好多队不要他。但是罗恩老师鼓励他，支持他，那个孩子一步一步终于考上大学，加入了蓝图队，一直在打篮球。这个不是改变命运的梦想吗？我觉得梦想是成长的发动机。孩子越小的时候梦想越珍贵。

罗恩老师他的奇迹就是重视孩子的梦想，孩子再小的梦想，梦想是希望的种子，飞翔的种子。如果说我们中国的教育有什么缺点的话，那就是太无视于孩子的梦想。大家经常说别做美梦了，孩子不做梦做什么呢。

好的教育者一定会把梦想和奋斗结合起来，梦想不是空

想，要找到可以实现奋斗的路径，但是梦想一定是火车头。罗恩老师的做法是不能复制的，但是他的理念是值得我们思考的。如果我们能像克拉克学校的老师那样本着对孩子的热爱，本着对孩子未来负责的态度，那么我们也会绞尽脑汁产生许多奇思妙想，我们也能创造属于我们的奇迹教育！

“我们无力改变教育体制，却能与孩子一起创造奇迹。”这是《罗恩老师的奇迹教育》封面上的一句话。今天读了几个章节，得知了“罗恩·克拉克学校”成功的密码，我定名为“师生结对子”和“我的教室我做主”。

“师生结对子”就是学校的一位职员与在校表现最不尽人意的一个学生组成小组，即师生结对子。这位职员充当的是学生校内“家长”的角色，如，负责指导学业、评定成绩和管理日常行为，每天都和指定的学生接触多次，阅读相同的小说以便讨论小说的内容，偶尔听课来督促学生进步，还要和学生一同开发一项励志项目。

“我的教室我做主”，讲的是学校看起来像是学生设计的，孩子们都能以这所学校为荣，能找到“酷”的感觉。他们请世界顶级艺术家米斯特尔·托特姆在学校的墙壁上作画。特别是每位班主任，可以根据自己的喜好，把自己与学生共有的家——教室装扮成自己心仪的样子。如，历史老师的教室变成了时光机器；有的教室变成了摩洛哥村庄；有的教室建成了一座城市；有的教室设有魔幻角等等。

罗恩·克拉克学校的这两项举施，都收到了良好的效果。这是为什么呢？我想这样的解读应该是正确的吧。

美的环境给人以美的享受。“班级文化”是育人的环境的重要部分，它传递的是正能量。班级文化由老师和学生共同来创设，那么就像新娘子精心布置自己的新房，处处充满甜蜜，处处藏有幸福。看着自己亲手创造出来的心仪的教室，孩子们能不快乐吗？老师能不喜欢吗？

总之，罗恩·克拉克学校的成功密码就是以人为本，创造性地开展教育教学工作。

**第二篇：葛卫东：我的感悟**

河北稳升软件科技有限公司

量化云

葛卫东：我的感悟

1、我们的判断是基于事实和数据这两个维度，而参与的这场游戏，却是在情绪的第三维和梦想的第四维上展开的。

2、我们每个人的一生都像是在路上！经过一段狂奔以後，你需要减慢速度，甚至停下来看看，歇歇，想想下一段路怎麽走！人生的路怎麽走不仅需要思考，更需要平衡，平衡是为了把人的有限的精力合理的分配达到效力最大化，这是厚积薄发！正所谓磨刀不误砍柴功。

3、研究是要讲方法的，有的人研究行情太努力，反而变成一叶障目，只见树木，不见深林！太专注细节会把自己弄晕。有的人对基本面的研究又太不重视，根本不知道博弈的标的的情况和变化，又会太迟钝，搞不清楚市场的大方向。最佳的是要成竹在胸，既有大貌，又明白现在的或潜在的主要矛盾，仔细体会市场对每个因数的评估到位情况，是否有偏差，所以，既要努力研究，又要和市场保持恰当的距离就变成了一种艺术！

4、必须知道有所为，有所不为，才能腾出时间！必须知道有所放弃，才能提高效率！腾出时间来做有决定性意义的事，这是我目前该修行的功课。

5、情绪，性格偏好和理性是一对死敌！我认为有四种情况，自己被情绪、性格偏好所左右而不知自己非理性；知道自己非理性，但不知道那些决定是理性的，那些决定是被情绪和性格偏好所左右的的非理性；还有一种是知道自己情绪和性格偏好影响了自己的决定，但是仍旧欲罢不能的；最後一种就是完全理性！

6、王阳明说格物致知！也就是对一个事情要不停的分析，抽丝剥茧，透过现象发现事物的本质，不会被假象蒙蔽你的双眼！这会让你很成功，也会让你很无趣！

7、这句话是千真万确的，内向的人才会更容易有更深刻的思考，而且做投资的人要尽量减少不必要的应酬，不需要别人的褒奖，更不需要别人的批评！需要的期货程序化策略淘宝店铺：资本人家 河北稳升软件科技有限公司

量化云

只是大量的时间面对自己的内心！所以，有时候不是我们高傲，是职业要求我们必须这样。

8、投资要保持适当的压力！压力太大，影响判断；压力太小，会不够敏感！真是难啊，所以说要先战胜自己，才能战胜市场。

9、刻意也是大敌！刻意说明不够空，还有执着心！也是感应市场的障碍！所以说魔障无处不在不在！难啊，悟道，修行真的处处是陷进！

10、做股票赚不到钱是因为人类思维有很多陷进，大多数人都不能鉴别这种陷进！而情绪的波动让你增加掉进陷进的概率！

11、对市场有两种态度，一是预测，二是倾听。这两种模式是相互干扰的！以我的观点，倾听比预测更重要，更靠谱。可市场上的人都太过分看重预测的可靠性，为什么呢？其实是很多事后进行假分析看似靠谱蒙蔽了大家的眼睛，其实危机真的来临时，有几个人能预测到？即使有，也绝对不是砖家！倾听很重要，也很可靠。

12、倾听的人能在第一时间感受到市场方向的加强和转折的发生！像最近的黄金走势？能平掉多头和／或做了空头的人大都是倾听者！如果你习惯做预测者，那你已经失去了开放的心灵，失去了你的听力！所以，原谅我从来不愿意发表市场观点！因为我想要一颗开放的心灵，拥有良好的听力！

13、倾听的能力培养其实是很困难的，首先需要拥有开放的心灵，清空思想的水杯！但期货本来就伴随贪婪和恐惧，所以清空很难。二是，要对所交易的对象很了解，必须有成竹在胸；必须有很深的技术功底；对市场心态和人气有充分的了解；三种方面相互对照，分析，感应，你才能知道什么是强弱和市场阻力最小的方向。

期货程序化策略淘宝店铺：资本人家 河北稳升软件科技有限公司

量化云

14、影响价格的因素很多，即使你能完全了解市场上的利多和利空因素，但他们导入价格体系的时间和方式不同，所起的作用也不同！这也是确定结果无法确定预测的原因之一，所以最佳的方法一是承认认知的局限性，二是又要确认单个因果关系的存在，然后品味市场的强弱，倾听市场的声音！不断修正剩下的可能……

15、我的太极老师说的，人只有自己处于静的状态，才有可能在推手中第一时间感受到对手的力道和意图！我当时的感受是只有清空自己，才能最大限度和最快的接收信息，作出正确的判断和应对。期货也莫不如此！

16、我说的不要预测不是说不要分析判断！做投资分析判断是必须的！但我们在此过程中必须明白，我们的结论最多只是一种可能性，确定的结果是不存在的，否则你的胜算就是百分之百了，这显然是不现实的！市场这个系统是混沌的，人的认知能力是有限的，所以我们分析判断的结果只是若干的可能性而已！

17、做人要能放能收！要耐得住寂寞，享受得了繁华！要忍受得了艰辛，也要适应养尊处优！生活有高潮低谷，唯有处变不惊才是正道，你才是个优秀的男人！

18、终于明白阳明心学的＂致良知＂是个什么意思了！原来良好的心态对悟道那么重要！

19、交易最怕矫枉过正，从一个极端到另外一个极端！可是评估是否矫枉过正本来就是一件非常困难的事！必须在心态平和的前提下，扪心自问才有可能得出正确的结论。

20、关于卡住的问题：做投资这么多年，以前苦学知识和操盘的经验逐渐形成有效的直觉！后面依赖这种直觉逐渐变成思想上的懒惰，不再苦学和勤于思考！不再努力追究事情后面的推手！慢慢的就有了自己被卡住的感觉，思想和直觉也在退步！努力学习就变得很必要，不仅能让你获得思考的快感，也能愉悦的给身心充电。

期货程序化策略淘宝店铺：资本人家 河北稳升软件科技有限公司

量化云

21、我要想交易水平再上一个台阶，必须审视自己的内心，体会到造成建仓和平仓差异的原因！否则，瓶颈无法突破，交易水平也许会逆水行舟，不进则退！

22、信仰会阻碍真实的理解，所以，不要让观点变成一种信仰！

23、正确的思想必须奠基在自我了解之上，若是不了解自己，你的思想不可能有基础；缺少了自我认识，思想不可能正确！

24、投资十几年，也取得一点小成绩，问我自己什么最难？一是认识自己！二是做到知行合一！

25、不要想变成什么或是想抓住某个经验，这是叫你拥有开放的心灵，你内心东西越少，越能容得下更多的东西，才能拥有更强大的洞察力。

26、听得懂市场，你就可以和市场合二为一。费力的去听，其实是带着欲望去听，这不好，但是人非圣贤，怎么可能完全摈弃内心的比较贪婪，欲望等比较之心呢！对于修行，若是能一边聆听，一边觉知内心的冲突和矛盾，而不形成特定的思想模式，那么内在的扰动或许能止息下来。”

27、真正的大智慧不是学来的，而是悟来的，而绝对智慧是在无我的绝对状态下自然而然出现的。

28、最大的幸福就是清空自己的大脑，有句话怎么说来着的：勘破，放下，自在！

期货程序化策略淘宝店铺：资本人家

**第三篇：东卫[2024]75号**

东卫[2024]75号

关于召开人口和计划生育目标管理

工作会议的通知

各医疗卫生单位：

为深入贯彻落实《中共中央、国务院关于全面加强人口和计划生育工作统筹解决人口问题的决定》、《江苏省人口与计划生育条例》和东办发［2024］10号文件有关要求，深入践行科学发展观，全面加强人口工作，提高医务人员的法律意识，确保完成全年人口和计划生育的各项任务，经研究决定，召开全市医疗卫生单位人口和计划生育目标管理工作会议，现将有关事项通知如下：

一、会议时间

2024年4月20日上午8：40前报到，9：00准时开会，会

期半天。

二、会议地点

东台市卫生监督所二楼会议室。

三、出席对象

各医疗卫生单位分管院长、妇产科、B超室负责人各1人；市卫生监督所分管领导1人；市疾控中心分管领导1人、B超室负责人1人；市妇保院分管领导1人、B超室负责人1人。

各单位将本单位重点人员承诺书签好后一并带会并由分管领导在会上呈交。

特此通知。

附件：重点人员承诺书样张。

二〇一一年四月十八日

主题词：卫生 计划生育 会议 通知

抄送：盐城市卫生局，东台市计生委，弶港农场职工医院，新

曹农场医院。

东台市卫生局2024年4月18日印发共印60份

东台市卫生系统

整治“两非”专项活动承诺书

（B超室人员）

为加强出生人口性别比综合治理工作，严厉打击非法鉴定胎儿性别和选择性别终止妊娠行为，我作为B超室工作人员作出如下承诺：

1、主动接受禁止非医学需要鉴定胎儿性别和选择性别终止妊娠的法律法规教育。

2、广泛宣传禁止非医学需要鉴定胎儿性别和选择性别终止妊娠有关法律法规和规章。

3、14周以上孕妇作B超检查需经分管院长或医院总值班审批后方可进行，检查时必须有两名B超技术工作人员或其它医务人员在场，并详细登记后双人签字。

4、严格遵守各项制度，“一朝违规，终身出局”，并对照盐办发（2024）29号文件之规定，接受处罚。

医院承诺人：

二〇一一年月日

东台市卫生系统整治“两非”和

计划生育药械市场专项整治活动承诺书

（药剂人员）

为加强出生人口性别比综合治理工作，严厉打击非法鉴定胎儿性别和选择性别终止妊娠行为，我作为药剂科工作人员作出如下承诺：

1、主动接受禁止非医学需要鉴定胎儿性别和选择性别终止妊娠的法律法规教育。

2、广泛宣传禁止非医学需要鉴定胎儿性别和选择性别终止妊娠有关法律法规和规章。

3、建立和完善终止妊娠药品的各项管理制度，对药物流产所使用的药物（息隐、米索等）实行严格管理，严格审核供货单位资格资质，决不从药品批发企业以外的渠道购进终止妊娠药品。

4、建立完整的购进、验收、使用和库存等记录，实行专人、专柜、专账管理，确保终止妊娠药品渠道正规、使用规范，并将进、销、存数据通过网络及时传送至药监局管理终端，实现动态监管。

5、严格遵守各项制度，“一朝违规，终身出局”，并对照盐办发（2024）29号文件规定，接受处罚。

医院承诺人：

二〇一一年月日

东台市卫生系统整治“两非”和

计划生育药械市场专项整治活动承诺书

（妇产科人员）

为加强出生人口性别比综合治理工作，严厉打击非法鉴定胎儿性别和选择性别人工终止妊娠行为，我作为妇产科工作人员作出如下承诺：

1、决不采用任何方式和手段进行非医学需要的胎儿性别鉴定和实施选择性别的人工终止妊娠手术。

2、严格依法施行人工终止妊娠手术。

3、不私自购销人工终止妊娠药品。

4、不使用假冒伪劣计划生育药械。

5、不利用B超非法进行胎儿性别鉴定。

6、接产无生育证、身份证，及时与计生部门联系，并在病历上做好记录。严禁出具假证明。

7、严格遵守各项规章制度，做到遵纪守法，“一朝违规，终身出局”，并对照盐办发（2024）29号文件规定，接受处罚。

医院承诺人：

二〇一一年月日

**第四篇：周卫东**

周卫东

周卫东，2024年被评为江苏省小学数学特级教师，现任东台师范附属小学校长。1998年以来先后主持、参与‚小学数学‘开放型’课堂教学‛、‚苏北农村小学构建自主创新课堂教学的模式的研究‛、‚区域性推进研究性学习的研究——小学学科教学中研究性学习方式的研究‛等科研课题的研究，构建了‚课题探究式‛教学模式，发表《‚课题探究式‛课堂教学模式的构建》、《紧扣课标理念、构筑新型课堂》等论文，并先后获得省 ‚新世纪园丁‛、‚教海探航‛和‚师陶杯‛科研论文评比一等奖，2024年、2024和2024连续三年应邀在江苏省‚教海探航‛、‚师陶杯‛征文颁奖大会上执教观摩课。

回 眸

只顾攀登不问高

--我的成长之路

周卫东

我1987年走上工作岗位,在从教的20个年头里，先后在乡镇中心小学、市教育局教研室、东台市实验小学和东台师范附属小学工作过。尽管工作岗位已变过几次，但我心目中那久驻的终身从教的信念、那立志成为一名“专家型”教师的志向从未动摇过。

三尺讲台，毕生牵挂

工作以来，我一直潜心于课堂教学的实践与理论研究，力求使自己的人生价值和生命活力在课堂教学中得以充盈。在省、市各类课堂教学竞赛和基本功竞赛中多次获奖：两次获东台市教学技能大赛的第一名，1993年获盐城市青年教师教学基本功比赛一等奖，同年捧回江苏省青年教师教学基本功比赛的大奖。我上的课同事评价说“扎实、高效”，家长评价说“灵活、孩子爱听”，专家评价说“自主创新、动态生成”。2024年、2024和2024连续三年被邀请在江苏省“教海探航”、“师陶杯”征文颁奖大会上执教观摩课，先后应邀至上海、岳阳、长沙、杭州、广西、北戴河、镇江、苏州、常州、淮安、南京、连云港、盐城及本市各镇等地上观摩课数十节，受到广泛好评。

我一贯注重教学经验的总结与提升，6次获江苏省“教海探航”征文比赛一、二、三奖，实现了省三大论文赛事（江苏教师一直坚持参加的“新世纪园丁”、“教海探航”和“师陶杯”）一等奖 “大满贯”。课堂教学日臻成熟，《“课题探究式”课堂教学模式的构建》、《紧扣课标 理念、构筑新型课堂》等一百余篇课堂教学理论文章在省级及其以上刊物发表。

两翼齐飞，矢志追求

实现教学与科研的两翼齐飞、做“专家型”教师是我终身追求。我注重教育理论的吸纳与内化，自费购买了几百种业务书籍,利用闲遐时间作业务学习笔录近30万字，并做到入乎其中，迁移运用并充实升华。主持、参与“小学数学‘开放型’课堂教学”、“苏北农村小学构建自主创新课堂教学的模式的研究”、“区域性推进研究性学习的研究——小学学科教学中研究性学习方式的研究”等科研课题的研究且成效显著。

2024年2月，我调任东台实小副校长，2024年2月，我又任东师附小校长，无论在哪里，我都充分发挥自己教科研方面的特长,无私地奉献着自己的智慧和汗水。认真勾画学校教科研蓝图，推进学校教育科研工作。抓住“十五”伊始的契机，以课题立项引领学校教科研的发展。八项课题分别被确定为国家、省和盐城市教育科学规划课题，立项的课题，无论是规格还是数量均居全省前列。积极试行“集约化科研”新路，实施子课题研究“招标制”，研制、出台《东台市实验小学教科研管理办法》，突显“工作科研化，课题问题化，研究过程化，成果要物化”的学校教科研工作原则，明确提出“八个一”科研指标，同时将教师的教科研绩效与晋级评优、学科带头人和教学能手评比、教科研先进个人申报等挂钩，促使学校上下形成了“科研兴师”、“科研兴校”的浓厚氛围。

一份责任，多重情怀

我无论是担任副校长、校长，还是担任市局教研员，都能时刻牢记党的宗旨，坚持“四项基本原则”，廉洁从教，爱生如子，从未染指有偿家教，深受领导和学生家长信任。

在担任教育局教研员期间，积极谋求全市小学教育发展的新路数，足迹遍及全市所有镇乡，上观摩课、作业务讲座数十场次。甘为人梯，热忱地帮助青年教师成长。先后为多名同志获得省、市比赛的各项大奖创造机会、出谋划策。辅导青年教师林卫东、赵照兵、陈松兰、胡红梅等十多名教师分获华东六省一市、江苏省和盐城市教学比赛一等奖。

作为学校的副校长、校长，我紧紧围绕“科研型教师队伍建设”这一特色主题，带领并组织教师开展“自由论坛”、“反思沙龙”、“深度交谈”、“案例剖析”等活动，促进专业水平的不断提高。组织教师参加“教海探航”、“新世纪园丁行动”、“师陶杯”等三大论文赛事，连创佳绩，并赢得省市有关领导的瞩目。学校被命名为首批盐城市“科研型教师队伍建设”特色学校。积极研制学校综合实践活动课程蓝图，推动学校综合实践活动的开展和深化，开放全市性“综合实践活动”现场。及时、经常地与课改年级的老师探讨教学中遇到的各种问题，帮助他们排除疑难，一同探讨新型的课堂教学模式，个人所独创的“课题探究式”教学 2 模式在多家省级刊物发表后，在省内外引起较大反响。

由于我在学术界的崭露头角, 《江苏教育》（2024年第20期“呼唤名家”栏目）以《教海扬帆》为题、《学校管理》（2024年第1期“开拓者之林”栏目）以《让青春在事业中闪光》为题，《小学数学教学》（2024年第9期）以《在实践中创生智慧》为题，《中国教师报》（2024年197期以《课堂，智慧地对话》为题）长篇报道了我专业成长的积累和成果。

视

点

我读“肖川”

周卫东

一

知道肖川这个名字，颇有点意思。几年前，一位同事申报一项省级科研课题，在其撰写的课题方案中，见到了“自我建构”、“价值引领”两个词，始觉新鲜、生涩，后觉意蕴无穷，便向同事请教。他拿出一张《江苏教育报》，原来这两个词出自报中的一篇文章，题目是《教育的意蕴》，作者是肖川。

完整地读完这篇文章，深为作者那深邃的智慧和雄浑的笔力所折服！后来，终于也买到了一本肖川写的《教育的理想与信念》，于是如饥似渴地阅读、品味和琢磨，在领略教育理想与信念的厚重与诗意、惊叹教育的博大与精深的同时，也擦亮了我心中那蕴藏已久的理想火花。

于是，我成了一个不折不扣的“肖川迷”！

二

真正的学习正是人深层的精神需要，是“思接千载，视通万里”的精神漫游。学习需要刻苦，但更是一种快乐，是用努力酿造的快乐！

这句话出自肖川先生《以古典的心情对待学习》，我把它抄在笔记本的扉页上，聊作自勉。

现在想起来，也许是母校孕育了我古典的学习心情！我的母校是江苏省阜宁师范学校，是省内的一所老牌师范。遗憾是我们在阜师就读的时间只有一年（高中毕业生上中师学制是两年，一年在校，一年到小学顶编实习），教学基本功没有得到系统的训练，但庆幸的养成了母校一贯倡导的刻苦、勤奋、超越的“阜师精神”。

记得，为练好普通话，我选普通话好的老师、广播电视里的播音员为老师，边模仿边正音；骑车、走路时，路边的广告、标语都成了练习朗读的内容。

记得，为迎接省青年教师教学基本功大赛，多少个夜晚，我边侍候病中的父亲，边准备比赛的资料；为练好电脑汉字输入，我利用出差坐车的时间，熟记了五笔字型的字根，利用下班后的“边角”时间，在教研室那唯一的电脑上不知多少次练习到深夜。

还记得，为上好每次观摩课，我都全身心地投入到课中，以至于吃饭时，身旁的岳父母、妻儿在我的眼中都幻化成学生，因而目光闪烁，如在课堂上一般。背后，岳父问妻：“他怕不是生病了吧？我看都成书呆子了”。是的，每逢学习、工作，我若是真的入境时，真不会与书痴有什么两样。

同事们常常发现我身边不断有新书，诸如《教育的理想与信念》、《教育走向生本》、《细节：成功的关键》„„这些书，有的是我利用出差的机会在外地买的，更多的是根据各种杂志上、网络上提供的书讯邮购的。多少个夜深人静、饭后茶余之时，我实现着心与书的交流，“伴随着感情和体会，淡淡地喜悦在心头升起，浮荡的灵魂也渐归平静，让自己始终保持着一份纯净而又向上的心态，不失自信地契入现实，介入生活，创造生活”（肖川语）。

我非常珍惜每次外出学习、讨教的机会，遇到名师、名家，千方百计与人家“套近乎”，以期得到方家的指点。回来后，力求在第一时间里整理成文，或实录、或心得。十多年来，我潜心整理了上百万字的学习心得、教育教学研究资料，在“入乎其内”的同时，努力做到“化乎其中”，迁移运用，不断地给教育教学的研究注入新鲜的理论血液。

“亮光在你的背后，生命期待着我们的‘蓦然回首’。当我们能以古典的心情对待学习时，春天的鲜花，夏日的小溪，秋天的明月，冬天的残阳，都将以更为美好的风姿走进我们日臻完满的生活”（肖川）。十多年来，我在东台市、盐城市、江苏省小学数学优质课评比和青年教师教学基本功大赛中频频获奖。数十次被邀至苏州、淮安、南京、常州和盐城本市等地执教各级观摩课、示范课。在《江苏教育》、《小学数学教育》、《小学各科教学》等报刊上发表文章100余篇，参与编写论文集或教辅资料约20万字。2024年，我幸运地被评为江苏省第九批数学特级教师。

三

这是一节二年级“乘法与加法的对比”复习课。

我先让学生练习了这样两题：①学校花圃里有2行菊花，每行有6棵，共多少棵？②学校花圃里有2行菊花，一行有6棵，一行有5棵，共多少棵？结果，全班正确率为98%。随后引导学生对这两题的结构和数量关系进行对比，找出异同点，并一一板书：“前一题每行都是6棵，要求总数，实际上就是求2个6是多少，用乘法计算；后一题两行棵数不一样，4 要求总数是多少，就是把两行棵数合起来，用加法计算”。临下课，我布置了两道反馈练习：①天空中飞来2行小鸟，每行5只，共多少只？②天空中飞来2行小鸟，一行5只，另一行7只，共多少只小鸟？结果发现：第①题有6名同学列式为“5+2”，第②题有5名同学列式为“5×2”，全班正确率降为91%。面对如此莫名其妙的结果，我一头雾水：问题情境—对比建构—内化巩固，我究竟错在哪里？

“许多的教育探索也并不需要高精尖的仪器与设备，它只需要一颗忠诚、明敏的心，只需要我们对那些视而不见、习以为常的事物进行批判性审视，只需要我们对那些司空见惯、熟视无睹的事物用心去发现，只需要我们不断咀嚼、反复琢磨、再三玩味那些理所当然、天经地义的常规和说辞，只需要我们试图去改变那些貌似合理的历来如此、大多如此的想法与做法，哪怕是一点点。”（我把它概括为五个“只需要”）

不会忘记肖川先生这段耳熟能详的“五个只需要”的论述！

灯下，我打开曾经多次读过的《儿童心理学》，仔细回放白天课中的镜头，有如一个迷途的孩子叩问着回家的路。迷团逐渐消解，心界逐渐澄明，不知不觉间，天亮了！

“乘法的意义”学过后，加强对乘法和加法运算的对比本无可厚非，这是帮助学生提取知识本质属性、优化认知结构的必然过程。但这种对比、优化的过程忽视了作为学习主体的二年级儿童的思维特点。皮亚杰的认知发展结构理论告诉我们，年龄在2-8周岁的儿童，虽然可以进行以符号代替外在事物的表征性思维，借此来进行各种象征性活动或游戏，但是这些表象都具有自我中心性，还不可以从事物的变化中把握事物概念的本质，符号表征还缺乏系统性和逻辑性。小学低年级的儿童在解答生活题时有自己独特的方式，他们的思维更多地依赖一些直观的、甚至是一些滑稽可笑的联结方式，当老师的这种理性化的、模式化的对比，摧毁了他们赖以成功的学习方式时，其思维的界面上必然会出现一片“盲区”，而致使其学习行为的无可适从。

受此启示，我在另一个班做了一次调查与尝试：

师：算式都列得不错！不过这两题有什么不一样呢？老师很想知道大家是怎样想的？生1：我用小棒摆的，第①题左边和右边都摆5根，第②题左边摆5根，右边摆6根。生2：我是用图片摆的。生3：第①题两边一样多，用乘法，第②题两边不一样多，用加法。（虽很机械，但却是学生独具的思维方式，随着时间的后移，这位同学定会优化自己的思维过程的）生4：我是在草稿本上画图想的。生5：我家门正好有2行菊花，我每天都要数几遍。

师：真不愧是我们二（7）班的孩子！你们的方法都对，以后就按你们喜欢的方法去思考吧。„„

上述镜头只是我进行教育科研的一朵花絮，这朵花絮有如其它花絮一样，之所以能够如“夏花般绚烂”，都得益于一种养份的滋润，这种养份就是肖川先生那“五个‘只需要’”的论述！

“五个‘只需要’”，催使我上的课、写的文章力求真知灼见，决不拾人牙慧，最大可能 5 地有自己的思考。

近几年，许多青年教师上随堂课、执教公开课、甚至于赛课，很少有自己的设计，更不用说有自己的思想，或模仿、或嫁接一些名师设计的经典：上《分数的基本性质》，开头都是“猴王分饼”的故事，上《24时计时法》，又都变成了听“新闻联播”节目的录音„„针对这种现状，我以自己鲜活的实践为例，创新设计，着眼于青年教师的专业成长，写成《课堂，师生个性飞扬的天空》一文，获2024年江苏省“教海探航”征文大赛一等奖。

课改形势下，新理念、新实践层出不穷，有的老师片面理解甚至曲解课改精神，一定程度上殆误了课改的进程。比如，注重捕捉课堂教学中“生成性”因子，盘活教学资源，本无可厚非，但不考虑具体情况，在课堂上动辄生成，捕风生成，乱刮生成风，势必走向另一极端，患上新的教育“流行病”。我以此为课题，经过一学期的努力，搜集了大量的个案资源，写就《应对生成，你准备好了吗？》一文，获2024年江苏省“教海探航”征文大赛一等奖。

诚如肖川所言，“你真正的生命是你的思想，你的思想就是你的处境”。工作以来，我参加省“教海探航”征文比赛6次获奖（其中获一等奖3次）、参加省“新世纪园丁行动”和“师陶杯”征文大赛各获一等奖一次。

四

2024年9月8日，省教育厅网站以文件的形式正式公布了省第九批特级教师名单，当在文中见到“周卫东”三字时，我流下了幸福的泪水。当同事问我此时最大的感受是什么时，我脱口而出：“心存感激”！

“心存感激”，肖川先生以此作为一篇文章的题目也许不是首创，但在我记忆仓库里，这个词应该是他留下的。因为我不但记住了这篇文章的题目，而能清晰地记得文中的其它语句：“今天，我们能强健而正直地生活着，我们应该对那些在我们生命历程中用关爱扶持我们的人，用智慧启迪我们的人，作美德陶冶我们的人，用真情沐浴我们的人，心存感激。”

怎能不心存感激？

感激一位进修学校的老教师。在乡村小学工作的岁月里，他多次骑着那辆破旧的自行车，顶风冒雨，往返行程20公里，不为名更不为利，去指导我这位编外的徒弟。在他的影响下，我知道了布卢姆和他的“掌握学习法”，通晓了科学实验的一般流程和方法，为我的业务成长奠定了厚实的土壤。这位老师名叫顾森。

感激东台市教育局教研室的几位主任。1994年11月，在东台市与昆山市举行的对口教研活动中，我作为执教数学课的代表，在昆山上了两节数学课，正因为他们能任人唯贤，力举我进了教研室，才使我的专业发展有了一个更为广阔的平台。

感激东台市实验小学这片肥沃的教学、研究土壤。是我的同事、我的学生给了无数实践、6 思考的资源，练就了我一副宽广的做人胸襟。

心存感激，与其说是一种心境，毋宁说更是一种境界，因为“多一份感激，就少一份贪婪与抱怨；多一份感激，就少一份自大与冷漠；多一份感激，就少一份苛刻与虚荣；多一份感激，就少一份索取，多一份奉献。”（肖川语）

在廉贻镇中心小学许多教师的抽屉里，到现在还珍藏着一份份刻写的学习材料，那是我当年一段段写成、一笔笔刻成、一张张印成的！尽管这些大多已变成了铅字，但他们还是喜欢那些原始材料中所包容的真情。当时该校刚毕业的青年教师就占60%，头脑中虽储存着大段大段的教育理论，但实践经验还是一片空白。为了补上这一课，缩短磨合期，作为学校副校长的我，结合自己的教学实际，再参阅大量的资料，针对本校的校情，写成了学习材料，供老师们阅读。没有专门的教辅人员，就自己刻写，自己油印，多少次手上磨出了血泡从不让别人知道。

为让他们看上教学录像，我多次骑着那辆破旧的自行车，往返于东台与廉贻之间。学校当时只有放像机没有电视机，我又捧出自己结婚时添置的那台14吋彩电，一次又一次地组织教师观看、琢磨。

在教研室、在东台实小，对青年教师的要求我无一例外地给予满足：拿出自己的藏书和读书笔记给他们阅读，定期到他们的班级听课，甚至还多次站在讲台上，一遍又一遍地对比着不同教法、演绎着难上的片断，力争使他们的专业之路铺上瑰丽的成长底色。的确，对你、对我，“心存感激，是一种朗朗的心境，一种人性的光辉，天空因此而变得湛蓝，空气因此而变得湿润，美好的事物因此而变得离我们很近很近。”（肖川语）

五

晚上回到家，见桌上放着两本新书，呵，是肖川的新作《教育的真情与智慧》和《教育的视界》。原来，是同行的妻特地邮购来作为生日礼物送我的。

我又能读上肖川了！

**第五篇：关于大佬葛卫东的交易感悟(境界上的)**

大佬葛卫东的交易感悟（境界上的升华）

大佬葛卫东的交易感悟（境界上的升华）

1、他们的判断仍是基于事实和数据这两个基本维度，而他们参与的这场游戏，却是在情绪的第三维和梦想的第四维上展开的。

2、我们每个人的一生都像是在路上！经过一段狂奔以後，你需要减慢速度，甚至停下来看看，歇歇，想想下一段路怎麽走！人生的路怎麽走不仅需要思考，更需要平衡，平衡是为了把人的有限的精力合理的分配达到效力最大化，这是厚积薄发！正所谓磨刀不误砍柴功。

3、研究是要讲方法的，有的人研究行情太努力，反而变成一叶障目，只见树木，不见深林！太专注细节会把自己弄晕。有的人对基本面的研究又太不重视，根本不知道博弈的标的的情况和变化，又会太迟钝，搞不清楚市场的大方向。最佳的是要成竹在胸，既有大貌，又明白现在的或潜在的主要矛盾，仔细体会市场对每个因数的评估到位情况，是否有偏差，所以，既要努力研究，又要和市场保持恰当的距离就变成了一种艺术！

4、必须知道有所为，有所不为，才能腾出时间！必须知道有所放弃，才能提高效率！腾出时间来做有决定性意义的事，这是我目前该修行的功课。

5、情绪，性格偏好和理性是一对死敌！我认为有四种情况，自己被情绪，性格偏好所左右而不知自己非理性；知道自己非理性，但不知道那些决定是理性的，那些决定是被情绪和性格偏好所左右的的非理性；还有一种是知道自己情绪和性格偏好影响了自己的决定，但是仍旧欲罢不能的；最後一种就是完全理性！

6、王阳明说格物致知！也就是对一个事情要不停的分析，抽丝剥茧，透过现象发现事物的本质，不会被假象蒙蔽你的双眼！这会让你很成功，也会让你很无趣！

7、这句话是千真万确的，内向的人才会更容易有更深刻的思考，而且做投资的人要尽量减少不必要的应酬，不需要别人的褒奖，更不需要别人的批评！需要的只是大量的时间面对自己的内心！所以，有时候不是我们高傲，是职业要求我们必须这样。

8、做期货要保持适当的压力！压力太大，影响判断；压力太小，会不够敏感！真是难啊，所以说要先战胜自己，才能战胜市场。

9、刻意也是大敌！刻意说明不够空，还有执着心！也是感应市场的障碍！所以说魔障无处不在不在！难啊，悟道，修行真的处处是陷进！

10、人在很累，精力耗尽的时候就很容易出错！所以，在市场中要劳逸结合！保持适当的紧张度！

做期货为什么赚不到钱，是因为人类思维有很多陷进，大多数人都不能鉴别这种陷进！而情绪的波动让你增加掉进陷进的概率！读了此书你至少知道这52个思考错误是怎么回事，也许能帮助你认清市场的本质，同时少犯错误！

11、对市场有两种态度，一是预测，二是倾听。这两种模式是相互干扰的！以我的观点，倾听比预测更重要，更靠谱。可市场上的人都太过分看重预测的可靠性，为什么呢？其实是很多事后进行假分析看似靠谱蒙蔽了大家的眼睛，其实危机真的来临时，有几个人能预测到？即使有，也绝对不是砖家！倾听很重要，也很可靠。

12、倾听的人能在第一时间感受到市场方向的加强和转折的发生！像最近的黄金走势？能平掉多头和／或做了空头的人大都是倾听者！如果你习惯做预测者，那你已经失去了开放的心灵，失去了你的听力！所以，原谅我从来不愿意发表市场观点！因为我想要一颗开放的心灵，拥有良好的听力！

13、倾听的能力培养其实是很困难的，首先需要拥有开放的心灵，清空思想的水杯！但期货本来就伴随贪婪和恐惧，所以清空很难。二是，要对所交易的对象很了解，必须有成竹在胸；必须有很深的技术功底；对市场心态和人气有充分的了解；三种方面相互对照，分析，感应，你才能知道什么是强弱和市场阻力最小的方向。

14、影响价格的因素很多，即使你能完全了解市场上的利多和利空因素，但他们导入价格体系的时间和方式不同，所起的作用也不同！这也是确定结果无法确定预测的原因之一，所以最佳的方法一是承认认知的局限性，二是又要确认单个因果关系的存在，然后品味市场的强弱，倾听市场的声音！不断修正剩下的可能…

15、我的太极老师说的，人只有自己处于静的状态，才有可能在推手中第一时间感受到对手的力道和意图！我当时的感受是只有清空自己，才能最大限度和最快的接收信息，作出正确的判断和应对。期货也莫不如此！

16、我说的不要预测不是说不要分析判断！做投资分析判断是必须的！但我们在此过程中必须明白，我们的结论最多只是一种可能性，确定的结果是不存在的，否则你的胜算就是百分之百了，这显然是不现实的！市场这个系统是混沌的，人的认知能力是有限的，所以我们分析判断的结果只是若干的可能性而已！

17、做人要能放能收！要耐得住寂寞，享受得了繁华！要忍受得了艰辛，也要适应养尊处优！生活有高潮低谷，唯有处变不惊才是正道。你才是个优秀的男人！

18、终于明白阳明心学的＂致良知＂是个什么意思了！原来良好的心态对悟道那么重要！做交易何尝不是？！所有因素中，这是排第一位的！

19、交易最怕矫枉过正，从一个极端到另外一个极端！可是评估是否矫枉过正本来就是一件非常困难的事！必须在心态平和的前提下，扪心自问才有可能得出正确的结论。

20、关于卡住的问题：做期货这么多年，以前苦学知识和操盘的经验逐渐形成有效的直觉！后面依赖这种直觉逐渐变成思想上的懒惰，不再苦学和勤于思考！不再努力追究事情后面的推手！慢慢的就有了自己被卡住的感觉，思想和直觉也在退步！努力学习就变得很必要，不仅能让你获得思考的快感，也能愉悦的给身心充电。

21、我要想交易水平再上一个台阶，必须审视自己的内心，体会到造成建仓和平仓差异的原因！否则，瓶颈无法突破，交易水平也许会逆水行舟，不进则退！

22、信仰会阻碍真实的理解，所以，不要让你的观点变成一种信仰！

23、正确的思想必须奠基在自我了解之上。若是不了解自己，你的思想不可能有基础；缺少了自我认识，思想不可能真确！

24、投资十几年，也取得一点小成绩，问我自己什么最难？一是认识自己！二是做到知行合一！

25、不要想变成什么或是想抓住某个经验。这是叫你拥有开放的心灵，你内心东西越少，越能容得下更多的东西，才能拥有更强大的洞察力。

26、听得懂市场，你就可以和市场合二为一。费力的去听，其实是带着欲望去听，这是不好的，但是人非圣贤，怎么可能完全摈弃内心的比较贪婪，欲望等比较之心呢！对于修行，作者也说了：“若是能一边聆听，一边觉知内心的冲突和矛盾，而不形成特定的思想模式，那么内在的扰动或许能止息下来。”

27、不懂行为经济学的是做不好期货的！

28、真正的大智慧不是学来的，而是悟出来，而绝对智慧是在无我的绝对状态下自然而然出现的。

29、最大的幸福就是清空自己的大脑，有句话怎么说来着的：勘破，放下，自在！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找