

一个家最好的样子：

常沟通，多陪伴，能理解

常沟通

沟通是建立良好关系的基础，是促进人与人之间感情进一步融洽的润滑剂。对一个家庭来说，缺乏有效的沟通，只能让彼此的隔阂越来越大。

正如有人说：“重要的不是发生了什么，而是对方是怎么感受的，要永远记住，沟通在亲密关系中是最重要的。”

缺少沟通的家，容易产生误解和矛盾。而每一次真诚的沟通，都是爱的传递。好好说话，用心交流，相互之间的表达越顺畅，一个家的凝聚力才会越强。

多陪伴

陪伴，是最长情的告白。在人生旅途中，家人始终是我们最坚实的依靠。陪伴可以让

家人之间更加亲近，增强家庭的凝聚力和归属感。

在家庭中，最怕的不是遇见风雨，而是当风雨来临时，自己身边却无人可依。唯有相互陪伴，彼此依存，才能让家庭关系更加亲密和谐。

珍惜共聚的时光，下班之后多拥抱你的伴侣，周末多陪陪孩子，节假日多回家看看父母。人生最欣喜的事，莫过于有家可回，有人在等，有盏灯为你留守。

能理解

能理解，是家庭和睦的关键。每个人都有自己的个性和想法，在一个家庭中，难免会有冲突和矛盾。倘若能多一些理解，少一些指责，那么这个家必将变得更为和谐。

孩子犯错时，不要一味地批评，而是站在孩子的角度去思考问题，引导他们认识到错误并加以改正。夫妻之间有不同意见时，不要急于争吵，心平气和地表达自己的观点，共同寻找解决问题的方法。

理解那些不完美的存在，少一点计较，多一些包容。在一个充满理解的家庭里，矛盾会化解于无形，爱会不断生长，家也将成为每个家庭成员的避风港。

来源：新浪网

知足者幸福

知止者睿智

古人云：“知足不辱，知止不殆，可以长久。”一个人若不知道控制自己的“胃口”，不知足、不知止，见名利之诱便不惜到处“咬钩”，人生怎能获得长久的愉悦和安乐？知足，蕴含着个人拥有自知之明、自制之力和懂得自省自律的智慧，是对物质世界不作过分、过多要求的一种理性的行为。

有人说，现代人的人生有两个境界：一个是知道，另一个就是知足。知道的人，活得明白；知足的人，活得平淡。平淡，是淡定的底色。知足，才会寡求；懂得寡求，易感快乐，所谓知足常乐。

懂得知足还不够，还要知止。

知止是什么？就是在追求物质的过程中知道适可而止，也指志向达到至善境界而不骄不躁的神态与气度。一个人气定神闲，持盈保泰，才能长寿与幸福。《礼记·大学》云：“大学之道，在止于至善。知止而后有定，定而后能静。”这说明知止能使一个人的心灵安静下来，精神沉静下来，行为宁静下来。

“知止”中的“知”，非简单的“知道”。在古汉语中，“知”通“智”，即含有“智明”之义，智明，指理智明晓；知事有利害，晓有当止处，因此而能“知止”。“不知”者，虽知事有利害，有当止处，然而他们非智明之人，知事有利害而只见利却不见害更甚。以至于“利令智昏”或“色令智昏”；智既已昏，所以无从判断何处当止，故而逾越界限，越出底线，最后酿出祸事。

知足是知止的精神底色，知止是知足的具体行动，知止本身也是一种知足与幸福的元素和源泉。知足反过来对“不知止”的思想和行为有修正、过滤和抑制作用，促使人们朝理智明晓的方向前进和发展，而不会双眼蒙尘，行为失当，掉进欲望的深沟。

知足者幸福，知止者睿智。知足、知止与我们的生活息息相关，懂得知足与知止，是人生的大智慧。

来源：中青网



旧物里的温情

《小时光，老朋友》是一本温暖人心的散文集，作者在书中讲述了自己珍藏的26件老物件的故事，如小时候的糖盒、竹风筝、小人书、酸梅粉小勺；家中的粗瓷碗、算盘、油布伞、汤婆子；厨房里的石拐磨、蒸笼、擀面杖、月饼模子；村子里的农具……老物件储藏、沉淀着岁月中的记忆和情感，作者通过它们和它们背后的故事，让我们看到物与人的连接、物品承载的意义。书中的26篇散文像是26张老照片，记录着作者童年的天真回忆、时光中永恒的亲情与生活中的烟火气息。

家，是《小时光，老朋友》中不可或缺的主题。书中写到了灶台，它是乡村生活的恒久风景。“灶台和那些粗糙干裂的手掌，那些因烟熏火燎而迎风流泪的眼睛，共同构成了农家生活最本真的背景。”这段文字，让人不禁想起自己家中那熟悉而温暖的厨房，想起那些与家人围炉夜话的温馨场景。

书中写到的“百宝箱”，是无数孩子童年欢乐的代名词。里面装满了童年的玩具，更装满了对友情的回忆。洋娃娃、玻璃弹珠、弹弓、千纸鹤、小星星等，都静静地躺在箱子里。每一件物品，都能唤醒人们与它之间过往的记忆和故事。这些玩具存在的意义已不仅仅是物品本身，还是情感的寄托和岁月的见证。同时，这些玩具还是那个时代孩子们友谊的见证，让人们体会到，那份纯真的情谊，是人生旅途中最宝贵的财富。

除了这些，在《小时光，老朋友》一书中，还有许多老物件的故事触动心弦。例如那小小一本小人书，装着可歌可泣的故事，装着积极向上和追求真、善、美的人生态度；一个个大粗瓷碗，见证了父亲母亲几十年相濡以沫的感情，没有浪漫，只有平平淡淡的一日三餐；一根根鸡毛掸子，如逝去的似水年华，一下一下，掸出了洁净生活和人性的至真至善。

可以说，书中写到的每一件物品都承载着情感与记忆，物品会旧，甚至损坏，但是浓缩在里面的父母恩情、爷爷奶奶的宠爱，是永恒的。是啊，世间万物，唯有爱不会磨灭。

《小时光，老朋友》一书将老物件背后的故事娓娓道来，像是一盏灯，照亮了现代人心中柔软的地方，让我们在忙碌与浮躁的生活中找到了片刻的宁静与温暖。通过这本书，我们不仅重温了童年的乐趣，还深刻体会到了生活的细碎与美好。在这个过程中，我们学会了怀旧，也学会了珍惜。正如书中所展现的，无论时代如何变迁，那些关于爱、关于家的记忆，将永远是我们心中最宝贵的财富，指引着我们继续前行，在未来的日子里，书写属于自己的“小时光，老朋友”。

来源：光明网

