

世间因和谐而美好，家庭因和谐而幸福。

向亚云 张照◎著

家和万事兴

现代和谐家庭创建指南

人谐千般好，夫好妻好个个好；

家和万事兴，家兴业兴事事兴。

家是夕阳下的依偎，是风雨中的搀扶，是情感里的苗圃，
是爱心的归宿，是人生旅途的温馨驿站，是我们幸福生活的港湾，我们真得需要她！
建设和谐美好的家，是我们的荣耀，也是我们共同的责任和义务。

中国言实出版社

世间因和谐而美好，家庭因和谐而幸福。

向亚云 张照◎著

家和万事兴

现代和谐家庭创建指南

人谐千般好，夫好妻好个个好；

家和万事兴，家兴业兴事事兴。



家是夕阳下的依偎，是风雨中的搀扶，是情感里的苗圃，
是爱心的归宿，是人生旅途的温馨驿站，是我们幸福生活的港湾，
建设和谐美好的家，是我们的荣耀，也是我们共同的责任和义务。
我们真得需要她！

中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

家和万事兴:现代和谐家庭创建指南/向亚云,张照著. — 北京:中国言实出版社,2013.2

ISBN 978-7-5171-0086-7

I. ①家… II. ①向…②张… III. ①家庭关系—通俗读物 IV. ①C913.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 028694 号

责任编辑:李 生 孙法平

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编:100101

电 话:64966714(发行部) 51147960(邮 购)

64924853(总编室) 56423695(编辑部)

网 址:www.zgyscbs.cn

E-mail:zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京市德美印刷厂

版 次 2013 年 2 月第 1 版 2013 年 2 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×1000 毫米 1/16 13.75 印张

字 数 201 千字

定 价 32.00 元 ISBN 978-7-5171-0086-7

前言

“和谐”自古以来一直是人们所关心的重要话题。中共十六届四中全会首次完整地提出构建社会主义和谐社会的理念,后来经过了中共十六届六中全会和十七大的完善,已成为一套指导当前社会建设的重要理论体系。其中,“和谐家庭”是构建和谐社会在家庭领域的集中体现,是构建和谐社会的重要组成部分。

家庭是构成社会的最小细胞。有统计资料表明:至2010年上半年,我国已有3.74亿个家庭。正如孟子所讲,“天下之本在国,国之本在家”,家庭是否和谐,关系到每个人的幸福、每个家庭的稳定,进而关系到整个社会的健康、稳定。从这个意义上说,和谐社会需要和谐家庭,和谐社会的构建首先应从创建和谐家庭开始。

所谓现代和谐家庭,应该是以家庭成员的全面发展为基础,家庭成员之间、家庭与社会之间、家庭与自然之间相互和谐发展的新型文明家庭模式。

家庭成员之间的和谐是家庭和谐的重要基础。每个人都离不开家庭,只有不断地提高家庭成员的道德素质、文化素质和身心健康素质,才能在家庭生活中营造和谐的夫妻关系、婆媳关系、亲子关系等。

家庭与社会的和谐是家庭健康发展的必要环境。只有大力倡导和建设公平正义、诚信友爱的社会风尚,团结互助、融洽相处的邻里关系,整洁舒适、安居乐业的生活环境,才能营造家庭与社会的和谐关系。

家庭与自然的和谐是家庭持久发展的保证。只有强化家庭节约意识、环保意识,使家庭自觉融入资源节约型、环境友好型、身心健康型的社会建设实践,才能营造良好的家庭与自然之间的和谐关系。

构建社会主义和谐社会是我国全面建设小康社会的重要内容之一,是落实科学发展观的具体体现,建设和谐社会不仅是政府的任务也是每

个家庭的责任。因此,建设和谐社会必须从家庭抓起,而创建现代和谐的家庭应该是以情爱为连接纽带,以家庭成员的全面发展和普遍幸福为责任目标,以营造积极向上的家庭价值取向、平等自由的家庭关系、民主宽容的家庭氛围、科学健康的生活方式为主要内容。

“家和万事兴”。当一个家庭的所有成员有着共同的高品位观念、情感、情绪、欲求、目标、态度时,这个家庭的人际关系就会非常融洽,家庭生活就会非常的幸福,家庭教育方法也会很得当,家庭保健相对适宜。由于大家心目中对家庭有共同的评价,在情感体验上往往比个人优越,从中体味到家庭温暖,从而就更会体现出家族的共有心境和心态格调,更加珍惜家庭的和谐,做起事来就会更加用心、用力,如此一来就会形成一个良性循环,这个家哪有不兴旺的道理。

和能兴家,同样的道理,和能兴业,和能兴邦,和能增长国民志气,和能凝聚国家无坚不摧的力量。

当前,我国正处于全面建设小康社会的伟大进程中,人与人、人与社会、部门与部门、地区与地区之间的关系都发生了许多新变化,也出现了一些新的矛盾。这些新的变化让我们每一位中华儿女,更应当牢记“家和万事兴”的格言,努力创建和谐家庭,用家庭成员之间的和谐促进社会人际关系的和谐,用邻里之间的和谐促进社群、村居的和谐,用家庭与环境的和谐促进社会与自然的和谐,以实际行动努力构建和谐社会的新关系、新秩序,塑造健康有序的新型人际关系,达成整个社会的团结与共识,为中华民族的伟大复兴而贡献力量。

创建现代和谐家庭的内涵非常丰富,涉及个人和社会的方方面面,从小的方面讲是为个人幸福而努力,从大的方面讲是为构建社会主义和谐社会做贡献,最终途径还是需要个人用实际行动去实践。本书围绕创建和谐家庭的各个要素,充分阐述了如何创建和谐家庭的思路和方法,具有明显的思想内涵和可操作性,希望对广大读者有所启发和借鉴。

目 录

Contents

第一章 和谐家庭:和谐社会的奠基石

和谐家庭是和谐社会建设的重要组成部分。家庭是社会的细胞,是构成社会的有机组成部分,其面貌、家庭关系的状况等都会直接影响到社会的面貌。家庭是否和谐及其和谐的程度,乃是衡量社会是否和谐及其和谐程度的一个极为重要的标准。没有家庭的和谐,社会的和谐就是片面的、不完善的。

1. 和谐家庭是和谐社会建设的重要组成部分 / 2
2. 和谐家庭是社会稳定与发展的重要内容 / 4
3. 家和万事兴 / 7
4. 创建现代和谐家庭的主要内容 / 9

第二章 夫妻恩爱:和谐家庭的主旋律

婚姻是维系和谐温暖家庭的纽带。夫妻间的理解、包容和恩爱,是家庭和谐的主旋律。夫妻恩爱不但有助于婚姻关系的调和,增进夫妻感情,更可作为子女们的典范,让他们学习如何建立健康和紧密的人际关系。家和万事兴,无尽的夫妻恩爱将给对方和整个家庭无尽的动力和欢乐。

1. 幸福的婚姻需要爱的阳光 / 14
2. 夫妻恩爱是和谐家庭的主旋律 / 18
3. 让浪漫满屋 / 22
4. 倾心交流的夫妻才有长久的爱 / 25
5. 用一生寻找相互影响的和谐频率 / 29
6. “老头子总是不会错” / 33
7. 幸福密码:和谐性生活 / 36

8. 相敬如宾,心灵一生守望 / 38
9. 相濡以沫,不相忘于危难 / 42

第三章 孝亲敬上:和谐家庭的必修课

百善孝为先。父母是天下最善良的人,他们含辛茹苦地生我、养我、育我,我们穷其一生也无法报答父母的恩德。然而,随着人们生活方式和思维的改变,孝敬父母变成了一件难事,婆媳关系更是成为现代家庭和谐的障碍,要想家庭温馨顺遂,如何孝敬夫妻双方的父母则是家庭必修课。

1. 改善与父母的关系是和谐家庭的必修课 / 48
2. 百善孝为先 / 52
3. 儿女行孝须及时 / 55
4. 爱父母,兼爱岳父岳母 / 58
5. 婆媳关系融洽是家庭幸福的保障 / 62
6. 了解和理解父母 / 67
7. 孝顺有新意:新二十四孝 / 70

第四章 爱子慈孙:和谐家庭的福德地

一个家庭是否和睦,子孙是否兴旺,与堂上老人的福德有着直接的关系。古语说得好:“上慈下才孝。”对于老人来说,不管子女孝不孝,先看自己慈不慈。老人能爱子慈孙,贤德温厚,多行善事,知足常乐,宣扬家风,调和是非,充分发挥自己的余热,不仅能让自己幸福地颐养天年,而且能为家庭多积福德。

1. 家有一老,如有一宝 / 76
2. 知足常乐,颐养天年 / 79
3. 儿孙自有儿孙福 / 83
4. 调和一家不生是非 / 87
5. 多行善事,庇福子孙 / 89
6. 充分发挥自己的余热 / 91

第五章 教子有方:和谐家庭的智慧学

儿女是家庭的未来,和谐家庭则是儿女身心健康成长的摇篮。现代家庭对孩子的教育往往会出现两种情况:太过严厉或者过于溺爱。两者都不可取,太过严厉欲速则不达,过于溺爱儿女难以成才,最终都将影响家庭的和谐。好父母胜过好老师,准确把握儿女教育,是创建和谐家庭的智慧学。

1. 儿女都是家庭的希望 / 96
2. 教育好孩子是家庭和谐大计 / 98
3. 美满和谐的家庭环境是培养孩子的最好土壤 / 101
4. 好妈妈胜过好老师 / 105
5. 做好父亲这一终身职业 / 110
6. 孩子需要“大朋友” / 115
7. 避开现代家庭教育误区 / 118
8. 父母是儿女的心灵导师 / 122
9. 好习惯要从小养成 / 126

第六章 睦邻有道:和谐家庭的交响曲

一个开放的家庭才是一个兴旺发达的家庭。除了家庭内部关系外,搞好亲戚朋友间的关系也是十分重要的。家庭是社会的一部分,哪家都会有个大事小情的,亲朋间的和睦相处有利于家庭和谐。“积爱成福,积怨则祸。”我们要永怀感恩之心,善待身边的每一位亲朋好友,携手共建和谐家庭。

1. 亲戚和谐是家庭和谐的动力 / 130
2. 珍视兄弟姐妹手足情 / 132
3. 邻里和谐是家庭和谐的延伸 / 135
4. 朋友是无价之宝 / 137
5. 和谐的同事关系让人更快乐 / 141
6. 开放的家庭才会兴旺发达 / 144

第七章 用心经营：和谐家庭的平衡木

创建和谐家庭需要善于经营。在如今的这个物质时代，家庭的和谐不仅需要感情的维系，而且还需要金钱的平衡。每个人都要扮好自己在家庭中的不同角色，巧妙化解家庭成员之间的冲突，用心经营幸福；每个人都要学会理财这门大学问，正确把握家庭理财的方向，开心经营财富。

1. 民主的家庭更和谐 / 148
2. 扮好转换中的家庭角色 / 152
3. 用爱化解家庭冲突 / 155
4. 把握好家庭与事业的幸福天秤 / 157
5. 努力工作确保家庭经济来源 / 161
6. 勤俭持家是现代家庭的传家宝 / 163
7. 理智消费，让实惠到家 / 166
8. 学会家庭理财，提升幸福指数 / 170
9. 欲望少点，和谐多点，幸福高点 / 174

第八章 平安健康：和谐家庭的欢乐源

和谐的家庭应该是平安的家庭、健康的家庭。平安是家庭完整性的保证，健康是家庭快乐的基础，缺乏平安健康的家庭，只会陷入痛苦。因此，家庭成员不仅要保证自己的平安健康，还要全力保障整个家庭的平安健康，要知道，家庭成员的一切欢乐，都源自家人的平平安安、健健康康。

1. 平安是家人的福气 / 178
2. 预防家庭犯罪，创造祥和的家庭氛围 / 181
3. 和谐社会拒绝家庭暴力 / 185
4. 健康的身体是幸福的根基 / 188
5. 科学健身才有好体魄 / 191
6. 好身体还要有好心态 / 194
7. 现代饮食误区和合理饮食习惯 / 197
8. 健康的娱乐活动有利于家庭的和睦 / 201

9. 家庭旅游:给家人的身心洗个澡 / 204

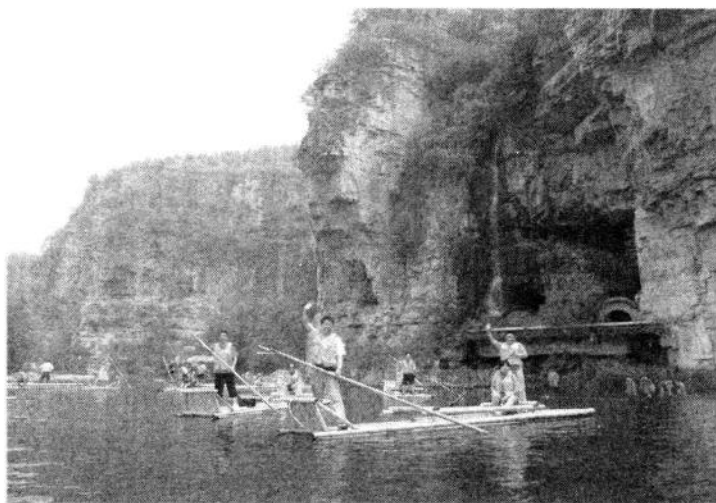
附 录

关于家庭的名人名言 / 207

第一章

和谐家庭:和谐社会的基石

和谐家庭是和谐社会建设的重要组成部分。家庭是社会的细胞,是构成社会的有机组成部分,其面貌、家庭关系的状况等都会直接影响到社会的面貌。家庭是否和谐及其和谐的程度,乃是衡量社会是否和谐及其和谐程度的一个极为重要的标准。没有家庭的和谐,社会的和谐就是片面的、不完善的。





1.

和谐家庭是和谐社会建设的重要组成部分

2004年,党的十六届四中全会明确了“和谐社会”的概念,提出了构建社会主义和谐社会的战略任务。《中共中央关于构建社会主义和谐社会若干重大问题的决定》要求,“广泛开展和谐创建活动,形成人人促进和谐的局面”,强调要把和谐家庭等创建活动同群众性精神文明创建活动结合起来,突出思想教育内涵,广泛吸引群众参与,推动形成我为人人、人人为我的社会氛围。

在致力于构建一个民主法治、公平正义、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自然和谐相处的和谐社会的当代中国,现代和谐家庭的创建显得尤为必要和迫切。

家庭是社会的细胞,是以婚姻关系为基础、以血缘关系和共同生活为纽带所组成的亲属团体和社会单位,是人们社会生活的重要组织形式。它是人类社会发展到一定阶段的产物,是被物质资料的生产方式决定的,人类的两性和血缘关系借以建立、赖以确定的社会关系。

婚姻家庭是个人过群体生活的一种最普遍、最固定和最持久的组织形式,也是人类存在和发展的基础和条件。因此,家庭的发展趋势应当是健康与和谐的。

家庭和谐也是人类一直追求的目标。理想中的家庭应当如此:家庭成员之间和睦相处,达到家庭人际关系的充分和谐;家庭中人和资源合理利用,达到人和物、人和自然的和谐;正确处理好家庭中的矛盾,心情舒畅地在家庭中生活,达到自身的和谐发展。

中华民族自古就有重视家庭和谐的优良传统。孟子说过:“天下之本

在国，国之本在家。”深刻地道出了家庭与社会之间的紧密联系。儒家把“修身、齐家”看作“治国、平天下”的基础，“一室之不治，何以天下为”。

国际社会更是从人的全面发展的高度，将家庭和谐发展纳入了国际人发大会《行动纲领》和联合国千年发展目标，揭示了家庭在社会发展中的重要地位。联合国前秘书长加利先生在首个“国际家庭日”发表的纪念文告中就曾强调：“家庭作为最活跃的社会细胞，把个人与社会联系在一起。它必须适应全球的迅速变化。这些变化影响是深远的，它不仅影响人类的物质生活条件，还影响人类的价值观和信仰。家庭一向对人类十分重要，它是人们进行经济活动、遮风避雨、赡养老小的基础，这些功能将继续存在，并随着物质的进步更加丰富。”

由此可见，家是缩小了的国，国是扩大了的家，家庭利益与国家利益密不可分。家庭与社会是息息相关的，每个家庭都健康和谐了，整个社会必然会健康和谐。反之，如果构成社会大系统的最小单元——家庭出现了问题，那么整个社会的不和谐现象就会得以彰显。

我国所提倡的构建社会主义和谐社会是一个积累式的发展过程，又是一个庞大的社会系统工程，要求的是人与社会的和谐、人与自然的和谐、人自身的和谐，尽管和谐家庭只表现为家庭内部关系的和谐程度，但是家庭体现的仍是人与人的和谐、人与物的和谐、人自身的和谐。从这一层面来说，创建和谐家庭与构建和谐社会是相互联系、相互渗透的，家庭和谐是社会和谐的重要组成部分。

随着我国经济成分、组织形式、就业方式、利益关系和分配方式以及社会价值观念等社会环境方面的变化，许多家庭中也产生了诸如男女不平等、婚外恋、家庭暴力、家庭犯罪、离婚等不和谐的严重问题，这些问题都直接或间接地带来了严重的社会问题，妨碍着社会主义和谐社会战略目标的实现。

反之，和谐的家庭关系、良好的婚姻状况等，都直接影响到社会的形象。和谐的家庭能够培养、造就出具有高素质，尤其是道德素质较高的社会成员，从根本意义上来看，无论家庭或社会都是由具体的人构成的，家庭是否和谐，是由人决定的，社会是否和谐，最终也是由人决定的，而人的综合素质的状况，是决定家庭和谐与社会和谐的根本因素。因此，良好的婚姻家庭伦理有助于构成和谐社会的道德基础。

中国老百姓有一句口头禅：“小河有水，大河不干。”的确是这样的，国家与家庭的关系是水乳交融的关系。家庭是否和谐及其和谐的程度，是衡量社会是否和谐及其和谐程度的一个标尺。没有家庭的和谐，社会的和谐就是片面的、不完善的。

要构建和谐社会，必须正确认识和处理家庭与社会之间的关系，要通过法制建设、道德教育、思想文化建设凝聚人心，为社会和谐构筑精神支柱。同时，还需要全社会的共同努力，只有每个公民的文明程度提高了，每个家庭和家庭与邻里之间和睦相处，和谐社会才能早日实现。



2.

和谐家庭是社会稳定与发展的重要内容

没有家庭的和谐，就没有社会的稳定和发展。

统计资料表明：至2010年上半年，我国已有3.74亿个家庭。“家和万事兴，家齐国安宁”，家庭是否和谐，关系到每个人的幸福，关系到每个家庭的稳定和积极性的充分发挥，进而关系到整个社会的健康、稳定、发展。和谐社会需要和谐家庭，社会的稳定和发展首先应从营造和谐家庭开始。

和谐的家庭大体上是相同的——尊老爱幼、男女平等、夫妻和睦、勤俭持家、邻里团结，家庭和谐可以化解家庭的内部矛盾，避免将其家庭矛盾后激化和推向社会，成为社会不稳定的因素。家庭和谐还可以使得家庭成员在家庭生活中缓解社会压力、疏导社会矛盾，避免某些社会矛盾进一步激化。

不和谐的家庭却各有各的不幸：夫妻离异、婚外恋等现象有上升的趋势；遗弃老人、虐待孩子，甚至家庭暴力的悲剧时有发生；家庭成员的义务感、责任感有所淡化；邻里关系趋向冷淡和陌生，等等。过去既有的和新

时期家庭伦理道德出现的新问题,为一些家庭蒙上了阴影,也给社会稳定带来不可忽视的严重危害。

以青少年犯罪为例,从犯罪学的角度看,青少年的犯罪都与其家庭环境有着极其密切的关系,即与家庭结构、家庭教育、家庭气氛、家庭成员等密切相关。

案例1:小雨(化名),11岁时父母离异,跟随父亲生活,父亲脾气不好,遇到不顺心的事就拿他出气。由于缺少家庭爱抚和管教,他逐渐对社会产生怨恨,养成了桀骜不驯的性格,经常顶撞教师,和同学打架,最后发展到结伙斗殴致人重伤,走上犯罪的道路。

案例2:小峰(化名),本来是一个很老实的孩子,但是其父亲平时游手好闲,行为放纵,经常打牌赌博,甚至当着孩子的面在家聚众赌博、毫不躲避,久而久之,孩子的学习受到很大的影响,性格也有所改变,并开始学着父亲赌博。后来,父亲因盗窃被判刑,小峰放任自流,结果被坏人引诱,持刀抢劫,走上犯罪的道路。

案例3:小芳(化名),独生女,家境并不宽裕,但是父母在吃喝花销上尽可能地满足她,可以说她是在父母的溺爱下长大的。随着年龄的增长,小芳的虚荣心越来越强,开始嫌弃父母的无能,为了满足自己的物质需求,她开始盗窃,最终被人发现,因盗窃被判处缓刑。糊涂的父母并没有反省自己教育上的失误,反而让她辍学在家,依旧宠爱有加。结果,小芳又因盗窃走上犯罪之路。

父母是孩子的第一任老师,家庭是人生的第一个课堂,家庭教育的缺陷是子女形成不良个性的基础。从以上三个案例我们可以看出,最终导致孩子犯罪的主要原因:一是父母文化程度不高,不会管,出了问题,往往棍棒相加,缺乏耐心细致的说服教育;二是子女长期养成的不良习性,父母管不了,因为没有从早期教育入手、管得晚了;三是父母对子女丧失信心,不愿管,顺其自然,放任自流;四是父母离异后,孩子无人管,为了自己

而不顾及或无暇顾及孩子,使之浪迹社会;五是父母自身行为不端,直接影响孩子,使之效仿父母。

正如古人所言:“养不教,父之过。”问题家庭出问题少年,这些问题少年最终给家庭和社会带来了巨大的伤害。可见,家庭的和谐同社会的和谐是息息相关的。

一个不和谐的家庭会对社会埋下不安定的因素,最终影响社会的稳定。同样的道理,一个和谐的家庭能够推动整个社会的和谐,最终推动社会的发展。

对于社会发展,恩格斯有一个伟大的发现,他发现社会活动是由无数个有目的、有动机的个人的活动构成的,而且这些目的和动机常常是相互冲突的。正是这些相互冲突的动机、目的,按照力的平行四边形原理最后形成了一个合力,这个合力就是社会发展的动力。

自古以来,无数的个人、社会组织,怀着各自的动机和目的从事着各式各样的活动,甚至是相互冲突的活动,这些活动最后都按照力的平行四边形的原理形成一个合力。我们家庭的活动,家庭的追求就是这些众多活动中的重要活动。

创建和谐家庭对社会发展的巨大作用。和谐的家庭有利于传承家族的优良品质,而这些品质最终将转化成对社会的贡献。

在古代山西闻喜县有一个姓裴的家族,崇尚当官,因此这个家庭官多、宰相多,据有关资料记载,裴氏一门共产生宰相 59 人,将军、尚书、御史 200 多人。近代学者梁启超认为,为官是非多,要求子女从学。所以,他的后代多为专家。梁启超共有 9 个孩子,其中有著名的建筑学家、考古学家、图书馆学家、火箭控制系统专家。

我们可以将家庭看成一所特殊的学校,这是一所对其家庭成员进行终身教育的学校,每一个人都出生在家庭中出生,在家庭里成长,人在家庭中受到最基本的道德素质教育和道德塑造。学习、工作都是为了家庭,并受到家庭的影响。家庭风气好,关系和谐的时候,个人的工作效率高,作风正,个人就容易取得成就;当家庭风气败坏,关系糟糕的时候,工作效率低,作风差,个人就没有什么前途可言。由此可见,家庭对个人和社会的影响是深远的,创建和谐家庭也是社会稳定和发展的重要内容。

《礼记·大学》中记载:“家齐而后国治。”意思是说家庭和谐了才能治

理好国家。因此,创建一个和谐、美满的家庭,是我们每个人一生中的家庭任务和社会责任。



3.

家和万事兴

“老祖宗留下一句话,家和万事兴万事兴,妻贤夫兴旺,母慈儿孝敬,众人拾柴火焰高,十指抱拳礼千斤;老百姓流传一句话,国安享太平享太平,国强民才富,民富国安定,大河涨水小河满,众人栽树树成林。老百姓啊就认这个理,家和万事兴万事兴……”

一曲《家和万事兴》道出了千千万万中国老百姓的心里话。“家和万事兴”这么一句话,不仅是中国人民的智慧总结,更多的是千万家庭的美好夙愿,甚至成了多少老人的遗愿。

英国哲学家休谟说过:“一切人类努力的伟大目标在于获得幸福。”个人的追求各有千秋,人类的奋斗永无停息,其终极目的都是幸福快乐。和谐社会是让人们感到幸福的社会,家庭和谐是幸福的主要指标。

重视自己的家庭快乐幸福,期待从家庭中得到快乐幸福,是人类普遍的追求。1999年,美国著名的盖洛普公司进行了有史以来规模最大的关于“生活中最重要的是什么”的一次民意调查,60个国家的5.7万名成人参加,结果世界各地的人民都认为,身体健康和家庭和谐幸福比其他任何东西都更为宝贵。

家庭是否和谐,关系到每个家庭成员的幸福,关系到每个家庭的稳定和积极功能的充分发挥,进而关系到整个社会的健康、稳定。

随着大众传播手段的日趋社会化、多功能化,家庭封闭性也会被打破,从而也会出现家庭的新变化。这就需要家庭不断地注入新的东西,以适应社会、家庭新的发展变化的需要。不能等到家庭要崩溃了、瓦解了才