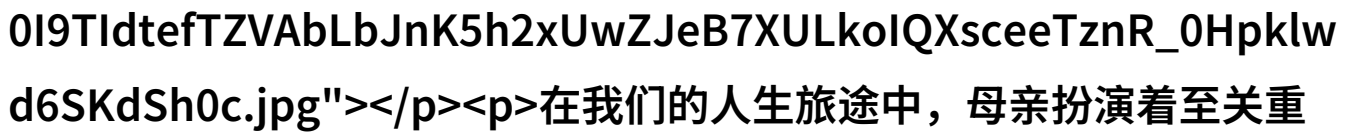


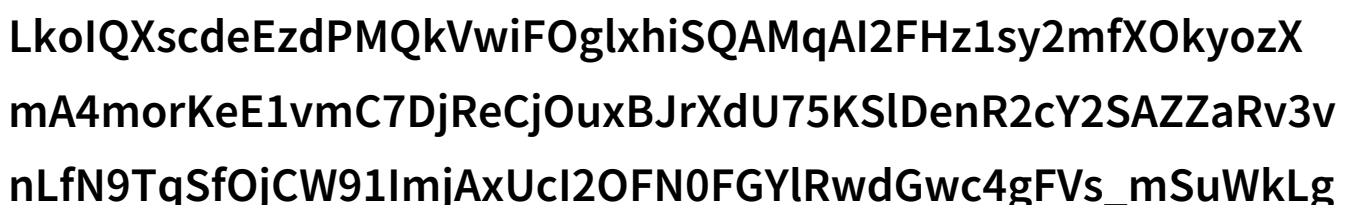
# 妈妈的生命通道揭秘与启航

妈妈的生命通道：揭秘与启航



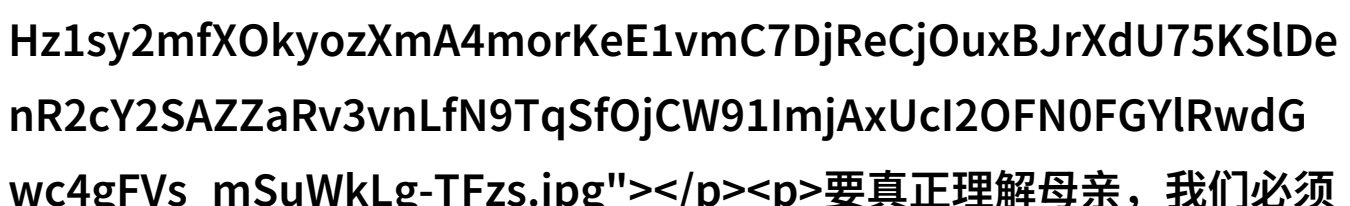
在我们的人生旅途中，母亲扮演着至关重要的角色。她的存在不仅为我们提供了温暖和支持，还激发了我们的潜能，帮助我们成长为今天的样子。然而，有时候，我们可能会忽略或误解母亲身上的许多美好之处。这篇文章将探讨如何打开妈妈生命通道，从而更深入地理解和尊重她。

认识到母亲的多面性



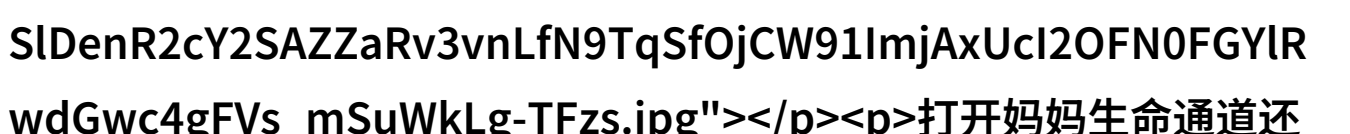
打开妈妈生命通道首先需要认识到她是一个多面的个体。她既是照顾者，也是朋友；既是老师，又是伙伴。她可以同时展现出坚强和脆弱，不断变化以适应生活中的各种挑战。

倾听母亲的心声



要真正理解母亲，我们必须倾听她的声音。通过对话、共享经历以及表达感激之情，我们可以更好地了解她的想法和感受，让她知道自己的努力被认可和珍视。

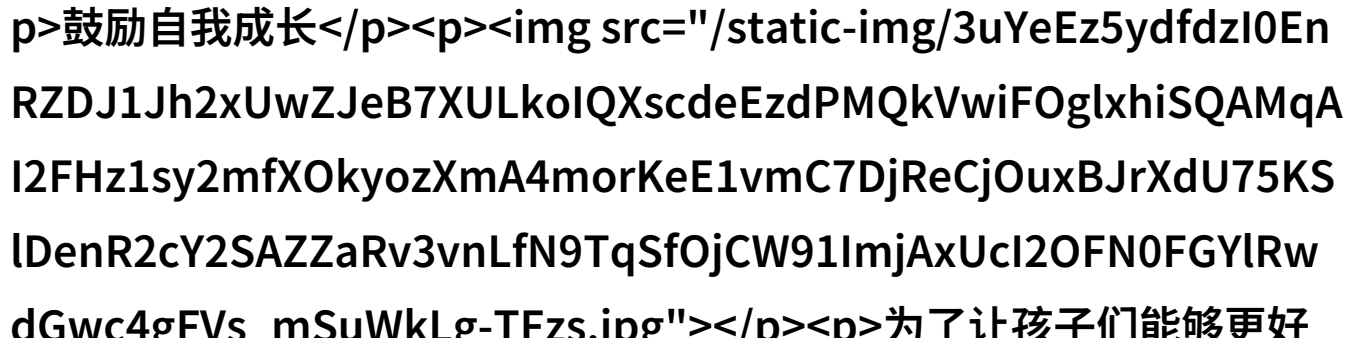
分享责任与权利



打开妈妈生命通道还意味着分享责任与权利。在家庭中，她不应该只是承担所有任务，而应

该有机会放松自己并追求个人兴趣。同时，她也应该被赋予表达意见和做决定的权利，这样才能建立一个更加平等且健康的家庭关系。

鼓励自我成长



为了让孩子们能够更好地理解他们的母亲，家长应当鼓励她们参与社区服务或志愿活动，这样可以增进他们对社会及他人的同情心，同时也有助于培养孩子们独立思考的问题解决能力。

维护健康生活方式

健康生活方式对于任何人都是至关重要的一部分。这包括均衡饮食、规律锻炼以及充足睡眠等。此外，对待身体状况保持积极态度也是非常关键的一点，因为这能影响一个人的整体幸福感，并传递给周围的人正面的能量。

尊重母爱无私付出的精神

最后，但绝非最不重要的是，要尊重母爱无私付出的精神。在现代社会中，尽管很多女性都拥有职业生涯，但她们仍然往往牺牲自己的需求来满足家庭成员。如果能够意识到这一点并给予相应的尊重，那么我们就能更好地支持她们，同时也让她们感到被珍惜。

[下载本文pdf文件](/pdf/783788-妈妈的生命通道揭秘与启航.pdf)