

姓名： 李白羽      性别： 男    年龄： 12      指导教师： 徐佩芬

题目： 一张桌子维系的温度

如果不是亲身经历，我大概永远不会意识到，一张普通的餐桌，竟能成为一个家庭的情感中枢。在别人眼里，餐桌也许只是放饭菜的地方，但在我家，它却是一个承载仪式感、治愈力和无数故事的舞台。

每天清晨，我总是第一个坐到餐桌旁。靠窗的位置光线柔和，带着一点晨雾的朦胧，让人自然沉静下来。我喜欢在那里完成早读，因为那种氛围能让我心无旁骛，仿佛全世界都在为我静止。等我读书的时候，妈妈已经搬来她的电脑，开始远程办公；爸爸则会摊开旧报纸，津津有味地浏览新闻。就这样，我们在同一张桌子上做着不同的事，却莫名有一种被共同空间包裹的安全感。

到了用餐时间，我们会心照不宣地收起工作。在我家，开饭不仅是补充能量，更像是一次情绪对齐的家庭会议。饭菜虽然称不上山珍海味，却自带一种生活温度，让人很容易放松下来。我们在餐桌前分享一天的见闻与困惑，偶尔争论，但从不剑拔弩张，因为餐桌的氛围天然具有一种能够缓冲情绪的力量，让人愿意坦诚、愿意倾听。

我们还有一个很特别的传统——“餐桌轮值主持”。每逢周末，我们都会轮流负责餐桌布置、菜品选择和故事分享。轮到我时，我曾把餐桌布置成森林主题：绿色桌布、木质小摆件，还有一盏柔光的暖黄台灯。那天我讲了一个关于勇气的寓言，家人听得聚精会神，爸爸甚至夸我“颇具审美趣味”。那一刻，我感到自

己不只是参与者，更是这张餐桌的“故事编织者”。

不过，最难忘的还是一次并不轻松的夜晚。那天我考试失利，心里满是挫败，坐在餐桌前一句话都说不出来。我以为会迎来一场训斥，却只感到妈妈轻轻拍了拍我的肩：“先吃点东西，慢慢说。”那顿饭并不特别，但却如同雪中送炭般给了我巨大的心理缓冲。我第一次意识到，餐桌不仅盛放饭菜，更盛放理解、包容与力量。

如今，每当我坐在餐桌前，看着上面散落的水杯、书本或餐巾时，我都会意识到：它是我们家庭的情感交汇点，是我们的治愈空间，也是记录成长的地方。一张桌子，悄悄维系着我们之间的温度。