

黄昏作伴的磨合旅程

□本报记者 刘雪娇

无论年岁几何,对温暖陪伴的渴望始终如一。然而,当两颗饱经风霜的心决定再次靠近,磨合与理解的过程,或许比初次牵手更为不易。这既需要勇气,更需智慧。

吉林省长春市的李女士,今年65岁,与再婚老伴携手走过八年时光。八年前,他们怀着相互取暖的期待走到一起,最初的日子也确如晚霞般温暖。然而,日复一日的相处中,生活习惯的差异、性格的棱角,逐渐显露,让平静的生活泛起了涟漪。

“他这个人,生活习惯上太‘自我’了。”李女士坦言,“比如,他晚上看电视喜欢把声音开得很大,我习惯早睡,觉得吵;我说了很多次,他当时调小了,过两天又忘了。又比如,家务事,他觉得地不用每天扫,我看不惯有一点灰。”这些琐碎的细节,慢慢

堆积成了心里的疙瘩。而在李女士的老伴看来,问题则是另一面:“她有时候太爱‘挑剔’了,我做什么好像都难合她心意。一起生活,哪有勺子不碰锅沿的?总要互相迁就一点。”

李女士也反思,或许自己对“老伴”的期待,不知不

觉中套用了原配相处的模式,希望对方能完全理解自己,默契无间。“后来我想,我们都有几十年的固有习惯了,要求对方一下子改变,也不现实。现在,我尽量多看他的好处,比如他做饭好吃,性格大体上不固执。有些小事,能不说就不说了。”

尽管磕绊难免,但李女士认为,有个伴终究是好的。“头疼脑热时有人递杯热水,心里憋闷时有个人说说话,这是实实在在的。只是心态要放平,不要总想着‘你应该怎样’,而是多想想‘我们能怎样一起把日子过好’。”

专家点评:

婚恋专家林元芳表示,老年人再婚,是寻求情感与生活的双重依托。然而,两个成熟的个体带着各自漫长的过去结合,磨合期内的冲突具有普遍性。从“甜蜜期”进入“磨合期”,是关系发展的自然阶段,关键在于如何应对。

她指出,许多再婚夫妇的矛盾,表面是生活习惯差异,深层往往源于未被言明的期待落空,或内心尚未完全建立的信任感。例如,一方可能对子女付出较多,引发另一方关于“是否被当作一家人”的隐忧;或是在经济开支、社交边界等问题上存在不同理解。

对此,林元芳建议:

首先,接纳差异的必然性。认识到对方与你不同是常态,并非故意作对。降低

“对方必须与我同步”的期待,以更开放、好奇的心态去了解对方的习惯和背景。

其次,建立有效的沟通模式。避免使用“你总是…”、“你从不…”的绝对化指责,而是多用“我感觉…”、“我希望我们可以一起商量一下…”这样的表达方式,陈述感受和提出建设性意见。

最后,共同寻找新的共同意义。可以一起培养一项新的爱好,规划短途旅行,或者共同完成一件家庭事务。创造属于“我们俩”的新的、积极的经验和记忆,能有效增强彼此的联结感和一体感。

“再婚的结合,如同将两条已独自流淌多年的河流汇聚。初期难免有湍急和漩涡,”林元芳总结道,“但只要有持续流入的耐心、理解和共同向前的心愿,假以时日,终能奔向更宽阔、平和的共同水域。”



征集

如果你想脱单,你也有话对未来的另一半说,就请拨打小编红娘热线,我们会倾听你的爱情故事。

脱单热线:

13199478979

免费刊登
征婚信息
扫码了解
详情



关注“老年日报”公众号
了解更多相亲信息

陈女士:67岁,哈尔滨人,丧偶,有双保,身体健康。工资3000余元。有一个孩子已成家。有独立住房。喜欢运动,爱干净。

现寻年龄相仿,人品好,身体健康,有双保,有修养,身高1.70米以上,有独立住房,不烟少酒的哈尔滨单身男士。希望男士干净利索,心态阳光,积极向上,无不良嗜好。

电话:15004672897

王女士:67岁,哈尔滨人,离异,身高1.65米,体重130斤,有高层住房,有海景房,为人干净利索,品貌端正,大度无负担。现寻75岁左右,身高在1.70米以上,有单独住房,身体好,性格好,干净利索,有一定文化素质,不烟,少酒,无负担的男士。

电话:17884026272

卢先生:82岁,广西人,身高1.65米,丧偶,大学本科毕业,高级职称,五官端正,健壮,比同龄人显年轻,有房独居。

现寻76岁以下,健康美丽、高文化素质、有房独居、有固定退休金和医保,愿意来南方居住的女士为伴。

电话:13471009657

雪娇 整理

温馨提示

45周岁(含45周岁)以上的单身中老年朋友,感谢您关注“红娘小娇”。敬请关注,务必提供准确翔实的个人信息(包括照片),坦诚交往,真诚相待,同时谨防财产损失,注意自身安全。



慢性子
[辽宁·铁岭] 史振亚

携手再婚 以和为贵

□本报记者 刘雪娇

再婚夫妻,皆盼白头偕老。然与初婚不同,再婚生活需更多包容与智慧。小编谨献上几点建议。

凡事勿强求

既结为夫妇,当以宽厚之心相待。两人皆有各自过往的生活轨迹与性情习惯,不宜强求对方按一己之念彻底改变,更不宜设定不切实际的期许。

相处有界限

美满关系,贵在互相体谅,知所进退。既为夫妻,自当携手面对生活,但亦需明白对方能力所及与意愿所在。

琐事多担待

日常相处,柴米油盐之间难免有摩擦。遇事若能心平气和,多些担待,少些苛责,以和缓之言沟通,以体谅之心相待,方能滋养出温暖从容的相伴时光。

九旬老兵跨越半世纪寻恩人

□本报记者 朱坤

在河南安阳,一位95岁高龄的老人梁汉臣,正怀着迫切的心情寻找一位特殊的故人——与他年龄相仿的李民。这段跨越半个多世纪的寻人故事,承载着战火纷飞年代的深厚情谊。

1953年,梁汉臣作为中国人民志愿军某支作战部队

的指挥副排长,投身于抗美援朝的伟大征程。在异国他乡的战场上,与李民结下了不解之缘。李民作为某高炮团团长的爱人,虽未直接参与战斗,却主动承担起照顾战士们的重任。在那段艰苦卓绝的日子里,李民给予了梁汉臣无微不至的关怀与鼓励,成为他心中温暖的记忆。

随着战争的结束,两人各

自回归平凡生活,便失去了联系。但梁汉臣从未忘记那段珍贵的情谊。如今,岁月已逝,梁汉臣已步入耄耋之年,但对李民的感激之情却愈发浓烈。如果您是李民或是她的家人、朋友,请尽快与梁汉臣老人取得联系。让我们共同助力两位老人能在晚年重逢。

电话:15083095560

期盼黄昏共伞人

□本报记者 刘雪娇

哈尔滨李女士希望通过“夕阳有约”,遇见一位真诚、豁达、懂得生活的男士,在人生金秋时节共享温暖时光。

李女士今年59岁,是位退休教师。五年前丈夫因病离世,女儿如今已成家立业。独居的日子虽然清静,但每逢节日或阴雨天气,那份寂寞便格外清晰。“最怕生病时连个递水的人都没有”,李女士坦言。她喜欢侍弄花

草,阳台上二十多盆绿植在她的照料下生机勃勃;她也爱研究菜谱,经常一个人琢磨新菜品。

退休后的生活规律而充实:上午读书看报,下午去老年大学学国画,周末参加社区合唱团。在朋友眼中,她是个乐观开朗的人。但只有她自己知道,夜深人静时,心里那份空缺始终都在。

李女士理想中的伴侣年龄在60-70岁之间,身体健康,性格温和,最好有相似的

文化背景和生活情趣。“经济上各自独立就好,重要的是精神上的默契。我们可以各自保持自己的空间,又能在需要时相互依靠。”

人生如四季,秋有秋的韵味。李女士相信,只要怀着真诚的心等待,总会遇见那个懂得欣赏秋色的人。“黄昏时分若能有人共撑一把伞,再长的雨季也是暖的。”

红娘热线: 0451-84612187