2026年11月4日 星期三 老年日报

执行主编:刘琳佳 责任编辑:刘雪娇 电话:(0451)84612187 E-mail:lnliuxuejiao@163.com

将心比心 携手人生

□本报记者 刘雪娇

随着我国步入老龄化社会,老年人再婚现象日益普遍。然而,不少黄昏恋因财产分配、子女干涉等问题无疾而终。老年人再婚能否幸福长久,关键不在于物质条件,而在于双方是否懂得互相体谅。真正的晚年伴侣,是能在生活习惯差异中彼此包容,在家庭琐事上换位思考,在情感需求上相互慰藉。唯有将心比心,方能携手走过人生的最后旅程。



65岁的陈国栋退休前是一名工程师,老伴五年前因病去世。独居的日子里,他学会了做饭洗衣,但每到深夜,空荡荡的屋子总让他感到说不出的孤单。经老朋友介绍,他认识了62岁的周秀兰——一位退休的小学语文教师,三年前丧偶。

初次见面,两人都有些拘谨。陈国栋穿着洗得发白的蓝衬衫,周秀兰则特意烫了头发。聊起各自的生活,陈国栋说自己习惯早起晨练,周秀兰笑着说她喜欢晚上看《新闻联播》后下楼散步。一个爱清淡,一个无辣不欢;一个爱看体育频道,一个痴迷戏曲节目。差异不少,但两人都愿意为对方调整。

相处半年后,两人决定领证。陈国栋主动提出:“秀兰,你爱听戏,客厅的电视归你,我在卧室看球赛。”周秀兰则每天变着花样学做几道清淡的菜,她说:“国栋胃不好,我得顺着他的口味来。”周末,周秀兰的孙子来家里玩,陈国栋乐呵呵地陪孩子拼积木;陈国栋的儿子出差,周秀兰主动去帮忙照看孙子。

去年冬天,陈国栋突发阑尾炎住院,周秀兰在医院守了三天三夜,熬粥、擦身、陪他说话解闷。出院后,陈国栋握着她的手说:“秀兰,这辈子能遇到你,是我的福气。”周秀兰笑着摇头:“什么福气不福气的,你体谅我,我体谅你,日子自然就好过了。”

如今,两人已相伴走过三个春秋。每天清晨,陈国栋会为周秀兰泡好一杯蜂蜜水;每个黄昏,周秀兰会挽着陈国栋的手臂在松花江边散步。邻居们都说,这对半路夫妻,比很多原配还要恩爱。

专家点评

婚恋专家林元芳指出,老年人再婚与年轻人恋爱有着本质区别。年轻人因激情而结合,而老年人更看重陪伴与安稳。陈国栋与周秀兰的故事之所以动人,恰恰在于他们深谙“体谅”二字的分量。

首先,体谅意味着接纳差异。人到晚年,生活习惯已固化数十年,强行改变对方既不现实也不公平。陈国栋让出客厅电视,周秀兰调整做菜口味,这些看似微小的让步,实则是尊重对方生命历程的体现。老年人再婚不是重新塑造一个人,而是在差异中寻找共存的平衡点。

其次,体谅需要主动付出。很多再婚老人习惯先看对方能给自己什么,却忘了问自己能给予什么。周秀兰在医院衣不解带地照顾陈国栋,这份付出源于她把对方真正当成了家人。再婚关系没有血缘纽带,更需要用行动去浇筑信任。体谅不是口头承诺,而是落在柴米油盐里的实实在在的关怀。

晚景不孤 再寻良伴

□本报记者 刘雪娇

吉林省长春市75岁的刘桂香希望寻找一位能携手走完余生的伴侣。丧偶十多年,她曾两度经历婚姻离合,如今希望找个身体硬朗的老伴,一起买菜、做饭、晒太阳,把剩下的日子过得安稳踏实。

刘桂香年轻时是长春一家棉纺厂的工人,退休后每月有稳定的退休金。她身材瘦小,精神不错,一头短发梳得整整齐齐,说话带着东北人特有的爽朗。老伴过世两年后,她在朋友介绍下认识了第二任丈夫。那是个温和的老人,可惜身体不好,患有严重的肺病和心脏病。刘桂香没有退缩,每天变着花样做软烂易消化的饭菜,陪他去医院复查,深夜他咳嗽不止时,她起身给他拍背喂水。这一照顾就是六年。去年,第二任丈夫也因病离世,刘桂香再次过上独居生活。

“我不怕照顾人,就怕没个说话的人。”刘桂香坐在家中沙发上,茶几上摆着两副茶杯,一副是她自己的,另一副干干净净,却很久没人用了。她说,儿女都在外地工作,平时只能电话联系。白天还好,可以去公园遛弯、和老姐妹打牌,可一到晚上,屋子里静得能听见钟表走动的声响。

谈及择偶条件,刘桂香的要求很实在:“第一,身体得好,能自己照顾自己,别让我刚送走一个又得伺候另一个,我心里实在承受不住;第二,人品得正,踏实过日子那种,不图我啥,我也不图他啥;第三,最好有点共同爱好,能一起下下棋、听听二人转,哪怕一块儿在小区里遛遛弯也行。”她顿了顿,又补了一句:“年龄嘛,70岁到80岁都行,有退休金最好,没有也没关系,我这退休金够两个人吃饭。”

刘桂香说,她这个年纪找老伴,不图浪漫,就图个知冷知热。她记得第二任丈夫临终前拉着她的手说:“桂香,这辈子欠你的,下辈子还。”她哭着摇头,心里想的却是:哪有什么欠不欠的,两个人能互相陪着走一程,就是缘分。

如今,刘桂香的生活依然规律,但她总觉得心里空落落的。她希望能在有生之年,再遇到一个知疼知热的人,两人互相照应,把余生走完。她说:“我不挑吃穿,也不图儿女给啥,就想要个伴儿。哪怕他啥也没有,只要身体好、心眼好,我就愿意跟他好好过。”

红娘热线:0451-84612187

红娘小娇

陈女士:67岁,哈尔滨人,丧偶,有双保,身体健康。退休金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

杨女士:63岁,哈尔滨人,企业退休,退休工资3000元左右,有住房,有一儿子已成家。本人爱好太极拳、电吹管、书法,善于持家,为人温柔善良。

现寻70岁以下,退休金6000元以上,有住房,生活无负担。有文化素养,身体健康,有共同爱好,仅限哈尔滨单身男士。

电话:15232115829

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

邢先生:67岁,哈尔滨人,身高1.73米,离异,国企退休,长相年轻,身体健康。有责任心,有双保,有独立住房,无任何负担。

现寻65岁以下,身体健康,为人善良,贤惠,有双保,最好有独立住房的哈尔滨单身女士。

电话:13159867304

雪娇 整理

征集

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

脱单热线:13199478979

注销债权债务公告

哈尔滨市香坊区围棋协会,统一社会信用代码:51230110MJY9231055,经2025年7月1日2次会议决定通过,决定注销,哈尔滨市香坊区围棋协会请相关债权人于公告见报起45日内向本社会团体申报债权债务,逾期未报视为放弃权利。特此公告。

哈尔滨香坊围棋协会
2026年11月4日

公告

明水县玉龙玉米种植专业合作社(统一社会信用代码:232331NA000763X)召开成员大会,办理注销登记,现特此告知本社成员闫成发,身份证号:232331195****2859,请自本公告刊登之日起三十日内,主动联系合作社(联系人:闫玉龙,联系电话:15945588738,联系地址:黑龙江省绥化市明水县树人乡树人村)若逾期未联系,则视为放弃表决权,本社将依据(合作社法)及章程规定,依法推进注销程序,特此公告。

明水县玉龙玉米种植专业合作社
2026年11月4日

公告

明水县春海肉羊养殖专业合作社(统一社会信用代码:93231225MA193LY31X)拟召开成员大会,办理合作社注销。现特此告知本社成员程义祥、张洪喜,请自本公告刊登之日起三十日内,主动联系合作社(联系人:张春海,联系电话:18746630000,联系地址:黑龙江省绥化市明水县通达镇勤劳村三队)。若逾期未联系,则视为放弃表决权,本社将依据《合作社法》及章程规定,依法推进注销程序。特此公告。

明水县春海肉羊养殖专业合作社
2026年11月4日

公告

本人王心刚,拟向不动产登记机构申请按照历史遗留问题零散户办理不动产权登记,拟登记不动产坐落于哈尔滨市双城区恒盛新天地C6栋22号车库,房屋用途为车库,建筑面积24.93平方米,本人承诺该不动产权属无争议,所提供申请材料均真实有效,并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。

如有异议,请自本公告之日起十五个工作日内(2026年11月24日之前)将异议书面材料送达不动产登记机构。逾期无人提出异议或异议不成立的,不动产登记机构将予以登记。

异议书面材料送达地址:哈尔滨市双城区不动产登记交易事务中心,联系方式:83363358

公告人:王心刚 2026年11月4日

声明公告 18686716631
刊登热线 13763511313

健康指南

阴陵泉穴有何功效

“诸湿肿满,皆源于脾”,这句话深刻揭示了脾脏在维持人体水分平衡中的核心作用。而阴陵泉穴,便是调节脾脏功能、促进湿气排出的关键穴位。

减肥 对于痰湿型肥胖,阴陵泉穴展现出显著的治疗效果。

健脾治脾胃病 无论是腹胀、腹痛、泄泻、消化不良,还是急性肠炎等症状,都能通过刺激此穴位得到缓解。特别是在遇到急性上吐下泻的情况时,艾灸阴陵泉穴可有效减轻症状。

治疗湿热下注引起的疾病 当体内湿气过重时,人体的下焦部位往往首当其冲,可能出现脚气、尿道感染以及生殖系统炎症等问题。

王晓英