

结缘本报“拼家过年”活动 七旬单身“直男”牵手活力女士

“是小尚记者吗？我是你陈叔叔，很感谢报社为我们牵线搭桥。”阳春三月，万物复苏。3月19日的午后，本报编辑部接到一通“报喜”电话。原来，读者陈先生和郑女士，通过本报牵线搭桥，意外地在晚年时光找到了彼此。两位老人原本都过着平淡的单身生活，却在一次偶然的机遇中，互相走进了对方的世界，为彼此的生活带来了新的色彩。

报社记者牵线 理工男遇见爽朗女

今年2月中旬，本报报道了关于“拼家过年 共迎新春”的消息，讲述了单身老人在本报搭建的平台，结伴共度春节的故事。75岁的退休工程师陈先生，在看到这篇报道后，心中涌起想要了解故事主人公郑女士的想法。

陈先生是青岛市某国企单位高级工程师，他的前半生都沉浸在技术的海洋中。然而，几年前，他的老伴因病去世，留下他独自面对生活的种种挑战。“以前，家里的大事小情，都是老伴操持着。现在老伴去世了，我就必须担起家庭的重担。”陈先生回忆道，在老伴重病的那几年，他曾细心照料、陪伴左右，“这些年，老伴操持家务、照顾孩子，非常辛苦，我理应好好照顾她，这也是对她的一种弥补吧！”陈先生的话语中带着一丝哽咽。

老伴去世后，陈先生一直单着。尽管有邻居和同事撮合，但陈先生总觉得亲近的人之间过于熟悉，反而缺少了那份心动的感觉。直到他看到本报关于“拼家过年”的报道，他意识到，或许通过这样的方式，能够找到一位与自己心灵契合的伴侣。

与此同时，郑女士也过着单身生活。她的老伴去世已有十多年，但她依然保持着积极的心态，独自旅行、上老年大学，生活充

且多彩。她告诉记者，虽然曾有朋友为她介绍过一些男士，但她总觉得他们无法真正走进她的内心。

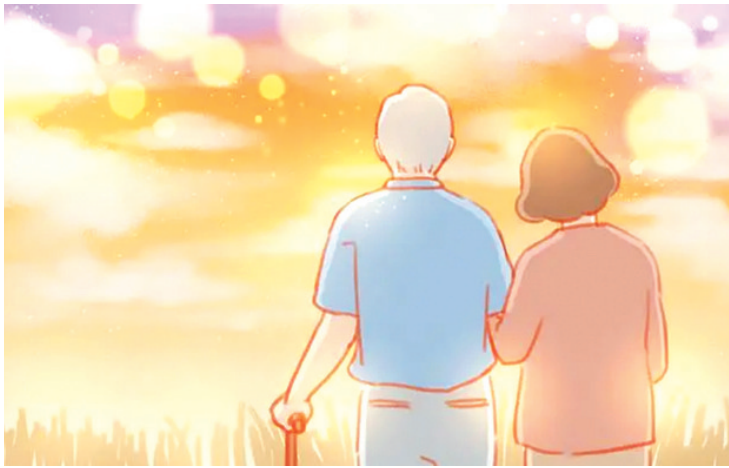
在接到陈先生的求助电话后，本报记者立即与郑女士取得联系，并征询了她的意见。在得到肯定答复后，记者将郑女士的电话告诉了陈先生。两人通过电话沟通后，建立了联系，并添加了微信好友。

随着交流的深入，两人逐渐产生了共鸣。陈先生被郑女士的知性、宽容与独立所吸引，而郑女士则欣赏陈先生的深情、沉稳和好学。“遇到她，真是缘分。”陈先生说。

相约公园散步 两人一见钟情

经过十几天的线上交流，陈先生提出了见面的请求。在一个阳光明媚的周末，两人在公园相约散步。陈先生身高1米78，身穿牛仔仔裤、冲锋衣，干净整洁；郑女士则穿着黑色皮裙，外搭一件羊绒大衣，1米69的个头显得精致时尚。两人一见如故，仿佛多年的朋友般亲切。“她健康、开朗，很有活力。”“他沉稳好学，我活泼好动，正好性格互补，在一起再合适不过了。”陈先生生活不多，但博学多才；郑女士性格直爽，快言快语，两人一见如故，相谈甚欢。

之后的日子里，两人的交往更加频繁。陈先生邀请郑女士到家里做客，郑女



士也爽快地回应了他的邀请。在陈先生的家中，两人分享着彼此的生活经历和兴趣爱好。“那天上午，我们聊得很愉快，时间很快就到了中午。我做饭不好吃，所以就请她去楼下餐厅简单吃了点东西。”说起午餐，陈先生自觉有些不好意思，“因为时间晚了，餐厅的饭菜不多，那顿饭，我们两人一共花了不到40块钱。”陈先生原本以为郑女士会为此生气，没想到郑女士却并不在意。“我能理解他，之前我也接触过技术人员，他们性格直爽，不善变通，是典型的“直男”，在与异性相处过程中经常不解风情。他当时只想着带我尽快填饱肚子，不会想太多其他的。虽然饭菜不合口味，但我不会因为一顿饭否定一个人。”郑女士说，她觉得陈先生品行端正、身体健康，和自己聊得来，这就足够了。“没有十全十美的人，找对象，只要某几个方面能符合自己的要求就很难得了。”也许，正是郑女士开放包容的性格，才让他们走到一起。

深入交往互生好感 结伴共度幸福晚年

随着交往的深入，两人之间的感情也越来越深

厚。他们发现彼此在精神生活上都非常充实，只是缺少一个关心体贴的伴侣。“他喜欢读书学习，而我喜欢周游世界，我们两人独立生活的能力很强，而且精神世界都是充裕的。不过，话说回来，再强势独立的人，也需要有人关心和陪伴。”郑女士告诉记者，深入接触后，她发现陈先生与自己去世的老伴儿有很多相似之处，“我们俩兴趣爱好、生活习惯都很合拍。我这人处世有些急躁，但是跟他在一起，自己感觉很放松，急躁不起来，这一点我都觉得很意外。”

“我们两人的老伴都去世了，现在孩子们也都成家立业，没有任何生活负担。我希望两个人越走越近，能成为彼此生活的伴侣。”陈先生说，非常感谢老年生活报，促成了这份“意外的缘分”，“我们相信报社、相信记者，报社资源优质，也非常靠谱，这是我们两个人相互交往的基础。希望在今后的生活中，我们能相互支持、相互陪伴，度过一个幸福快乐的晚年。”

记者 尚美玉



看精彩视频
扫码观

一种高危婚姻模式： 男人心大，女人敏感

“心大——敏感”型婚姻，既互补，也容易进入追逃模式。

心大的人外向开朗，生活中总是很乐观，不在乎太多细节。平时也很负责任，哪怕发生很大的事，他都能冷静对待。这种有力量、能扛事、不记仇的特质，会特别吸引内向敏感型的人。内向敏感型的人细腻，害怕社交，和心大的人在一起会很享受有人为他顶住压力的感觉。

但结婚之后，两个人的矛盾就会显现。因为所有人爱他人的方式，其实就是自己渴望被爱的方式。比如：妻子敏感细腻，渴望被爱，但心大的丈夫大多时候做不到，他体会不到妻子细腻的情感变化，不知道她到底为什么生气难过，即使知道了，他也觉得那不过是一件小事，没必要生气。这就让妻子非常失望，丈夫无意间忽略她的要求，她就会难以释怀。

而丈夫逐渐也感受到压力，他理想的关系是每个人都不要过度索取，他没办法满足妻子的情感需求，会觉得是一种很大的负担，但他们不会进一步思考问题，而是习惯性忘记和逃避。而这种反应，又会进一步让妻子觉得不安，关系里失望和争吵就越来越多。

两个互补的人，在最初感情会很好，可一旦双方特质里难以契合的部分发生碰撞，又没有找到舒适的相处模式，就会演变成“一个追一个逃”的关系。想要打破追逃关系，就需要有一个人觉察到关系问题，有意识地去成长，去改变，再引导伴侣一起改变。从根本调整相处模式，才不会让两个人的防御被一直触发，才能开始感受到对方的爱。许川

婚恋智慧

放下无辜感 爱才会重现

严重得多。那么，如何才能放下无辜感？

要放下无辜感，首先要提升自己的获得感，同时要提升自己的自我评价。自我评价是指对自己的认知。有许多人对自己没有客观的自我评价，总要依赖别人的反馈，别人说自己很好，他们就会觉得自己好。一旦别人对自己有一点点怀疑、指责，他们就会觉得

自己真的不够好，继而攻击自己。当一个人太依赖外人的评价，就会想抓着无辜感不放，因为他们的自我价值感发生了严重动摇，急需维护自己的自恋。但这种向外求，强迫别人认可自己的方法无异于缘木求鱼，因为对自己价值感的认知需要从内搭建。

在做到之前就相信自己能做到，然后不断积累

成功经验，再通过成功经验树立自信，形成正向循环，这样自我认知才能越来越积极向上，建立起强大的内核。当一个人的内核越来越强大，就不会轻易伤到自尊，自然就不需要总是营造无辜感。当不再执着于无辜感时，反而会让人忍不住靠近、信任，健康的亲密关系也就随之而来。

止水

海参 蜂蜜 特价

- 野生刺参7斤999 野生蜂蜜12斤299**
 - 1、高档野生即食刺参:**5年以上壮年参，肥美新鲜。今天333元/斤，3斤送4斤，7斤999元。本周特惠“买6斤送9斤”，15斤1998元吃半年。
 - 2、大连深海野生鲜食刺参:**鲜食海参比其它海参营养保存更完整，口感更好，现买2斤送2斤，共1099元。本周更推出“买4斤送5斤”特惠，9斤只需1998元，吃半年。
 - 3、大连纯野生淡干刺参:**刺好、筋粗、肉厚，涨发12斤以上，两种原价一斤2399元、2899元，现买1斤送1斤，都是回头客。
 - 4、高档沂蒙山野生成熟蜂蜜:**纯天然，不勾兑，香甜可口，滋补佳品，75元/斤，特惠买5斤送5斤，10斤299元，加送2斤。
- 电话:186-1519-3097(各地免费送货)

在亲密关系相处模式里，往往存在一方付出远比另一方多的情况，而被付出的那方却仿佛并不知情，不去感恩和回馈伴侣，有时还会指出伴侣的不足，撇清自己的错误。他们共同的特点就是有着强烈的无辜感。

关系中的两个人，其实应该是合作共赢的，不存在什么无辜的人，只有放下无辜感，才会卸下防备，爱才会重现。无辜感对关系的伤害比想象中要