

## “为帮女儿脱单，我要见田园”

单身招募令 田园粉丝见面会为您而来

本报讯 “我在老年生活报上看到咱们要组织田园粉丝见面会，我想报名参加。”日前，读者李女士拨打本报热线电话，咨询参加田园粉丝见面会的相关事宜。为给单身男女择偶提供帮助，引导单身人士树立正确的婚恋观，牵起幸福的红线，本报组织著名主持人、情感专家田园粉丝见面会，活动一经发出，引得众多粉丝报名。

据李女士介绍，她参加这次活动是想替女儿找一个合适的归宿。“我都七十多岁了，就怕哪天‘走’了，剩下她孤零零的一个人，这是我现在最大的心事了。”据李女士介绍，她的女儿今年45岁，早年离异，有一个女儿即将大学毕业。“我女儿是干个体生意的，收入还不错，一个人住，没有经济和子女方面的负担。”李女士说，希望女儿能够找到一个跟她年龄、收入差不多，有共同语言，有稳定的工作，没有子女负担的单身男士。“看到咱们刊登的田园老师的信息，

让我充满希望，期待参加这次活动，帮女儿找到合适的另一半”。

田园，曾任山东广播电视台首席主持人，情感专家。从业近三十年来，致力于家庭纠纷调解、婚恋关系解析指导，深受受众喜爱。“希望通过此次活动为广大单身人士排忧解惑，引领大家走向幸福生活。”田园说。即日起本报发起寻找优质单身人士海选活动。报名成功者，将有机会得到著名主持人田园的亲自指导，并获得婚恋精准匹配及婚恋需求拓展服务。此次活动不仅是帮助单身人士牵线搭桥，更是对单身男女树立更健康、更适合的婚恋交友观念和方法的引领与指导。活动将面向全市公开招募优质单身人士，无论您是单身者本人或其父母、亲友都可拨打电话(0532)66988698报名。我们将从中评选出25岁至35岁单身人士10人；35岁到65岁的单身人士10人，参与田园婚恋指导粉丝见面会。（记者 崔佳佳）

## 田园|总想走进你心里

### 婚姻里，你知道男人最缺什么吗

婚姻里，男人最缺什么？缺的是夸奖，为什么要这么说呢？看看下面的分析：

不知道大家没有发现，男人都有一个通病，就是嘴硬。比如说，你老公肉眼可见心情不好，但你只要问他，老公你怎么了？他百分百会说，没事儿。

有很多长期冷战的夫妻，就是这样的，男的打死都不说，女的如果说：“算了算了。”两个人可能还能稍微缓和一下。但是如果女的也杠上了，我也不说，这两人就别想有交流。

你可能要问了，那这和夸他们有什么关系呢？男人缺的是那种允许他们软弱的肯定。比如你可以说，老公我觉得你已经做得很好了，别给自己这么大压力，有我在！男人其实比女人更需要安全感，更需要依赖，更需要听到这句“有我呢”。（尚美玉整理）

## 美莱康生欧米伽3六毛六特卖

欧米伽3是对人体健康十分重要的一种营养成分，有辅助降血脂的保健功能，如今在中老年人群中引发高度关注。

为了让读者朋友们吃上优质实惠的欧米伽3，老年生活报康康商城特联合威海紫光药业批量生产现在团购价每粒只需6毛6。(每人限购两年量，前50名买10瓶送2瓶(同品)，数量有限，早买早得)抢到就是幸运，望广大读者互相转告，莫失良机！

美莱康生优质欧米伽3 三大优势

优势一：批号是产品的身份证，本次活动

示弱了，那就完了，什么都塌了。为什么他们都会有这样的想法呢？因为很多男性从小接受的教育就是：你是男子汉，你是家里的顶梁柱，你必须刚强，你不能软弱更不能示弱，父母从小就断掉了他们的软弱、哭泣、示弱、放松的理由。

所以长大后男人养成了遇事不发泄情绪的习惯，有事儿了，要么喝酒，要么沉默，要么极端地就去用暴力发泄，总之，我只要能扛，不松口，这事儿就能被我控制住，我就是男子汉。可这样的嘴硬，就会让老婆感觉，你为什么那么要面子，你为什么对我冷漠？两边一误会，这日子能过好吗？

你可能要问了，那这和夸他们有什么关系呢？

男人缺的是那种允许他们软弱的肯定。比如你可以说，老公我觉得你已经做得很好了，别给自己这么大压力，有我在！男人其实比女人更需要安全感，更需要依赖，更需要听到这句“有我呢”。（尚美玉整理）

欧米伽3软胶囊，经过正式批准通过，符合正规的流程。从原料的鉴定精选、生产环节的质量把控、产品品质的检验测试，每一道工序都严格把关。

优势二：欧米伽3精选原料，采用高科技工艺，各项指标均符合检测标准，让您吃到更优质的欧米伽3。

优势三：本次欧米伽3活动是老年生活报康康商城甄选产品，质量有保障，价格优惠。

鲁食健广审(文)第2021112476号

0532-80632815 400-6179-028

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

乘车路线：125,206,218,220,253,226延安三路高架桥南侧；225,233,234,125,206,218,220,25,32,104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁；地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。



## 刘均芝、何秀兰夫妇—— 结婚66年，从不说爱却处处都是爱

近日，初秋的午后，阳光照射进位于青岛市市南区福山路的一间小屋，刘均芝和何秀兰坐在自家的小屋里，专心致志地下着跳棋，“哈哈，你要小心啊，我可快要赢了。”面对老伴的“挑衅”，刘均芝并不当回事，“没事，下棋还是你输得多，我不怕。”说完，两人相视一笑。结婚66年，相濡以沫一辈子，这样的对话经常发生在两人之间，他们从不说爱，却处处都是爱。



### 1 夫唱妇随 无怨无悔

何秀兰今年86岁，1955年，19岁的她在亲戚的介绍下，和比她大三岁的刘均芝相识相知。“那时什么都不懂，第一次见面稀里糊涂，就觉得他这个人不错，看起来老实本分。”何秀兰笑着说道。

那时，刘均芝已有一份正式工作，而何秀兰还处于临时工状态，两人相处近一年后，于1956年领了结婚证。“他的老家在昌邑，我们领了证，坐火车回到老家，和亲戚简单吃了顿饭，就算结婚了。”

婚后不久，刘均芝被调到当时位于青岛中山路上的保密单位工作，尽管离家很近，但一年却在家待不上几天。

“我的功劳有老伴的一半。”刘均芝说，因为自己的工作，家里大大小小的事，就全靠老伴一个人操持，“这么多年，老伴很容易，我几乎什么都帮不上，任何困难都要她一个人来解决。”说起老伴，刘均芝既感激又心疼。

刘均芝和何秀兰共育有四个子女，但孩子出生时，刘均芝几乎都不在身边。“生老大时，他把我送到医院就走了，生老二时，是我自己去的医院……”何秀兰告诉记者，那些年，刘均芝一心扑在工作上，由于工作出色，被提拔成单位的团委书记，工作越来越忙。“过年的时候，他总是在单位陪着年轻人，往往回到家都很晚了。”

有抱怨吗？面对记者的疑问，何秀兰直摇头，“没有没有，我特别理解，我觉得就应该那个样。”说起老伴，何秀兰满脸幸福。

在晚年择偶这个人生命题上，老人们准备着余生的一张答卷

### 夕阳恋真是“人间清醒”吗

面对银发单身一族的择偶需求，我们一边感叹，追求美好的爱情，一边也在琢磨着，老人们耿直的婚恋诉求背后究竟隐藏着什么呢？面对一份迟来的爱情，为什么宁可选择“地下工作”，也不愿去婚姻登记处“扯证”呢？从老年人的只言片语中，我们尝试着找寻问题的答案。

只想找个伴  
却要面对生命的考验

在和老人们聊相亲的话题时，他们都说当下的生活是孤独的，想给自己找个老伴儿，所谓老伴儿就是“老来做伴”。但这个老伴儿究竟能陪自己走多远？

这个话题让64岁的袁阿姨冥思苦想了好久，“现在身体好，找个老伴儿一起去旅游，一起过生活看似和睦；可当一方病倒了，对方还能陪在你身边吗？会不会一把推给儿女后便一走了之呢？”袁阿姨不敢继续往下想。

### 2 相互包容 不离不弃

1986年，何秀兰从单位退休，七年后，刘均芝也回归家庭，老两口开始了幸福的退休生活。

每天，刘均芝会到离家不远的海边游泳，和老友一起下象棋、锻炼身体，何秀兰会在家做好饭，等着老伴回来，“不管我做什么饭，他从来不挑毛病，这是我最满意的。”

何秀兰说，结婚六十多年来，她和老伴很少红脸，“我脾气急，他脾气比较温和，不管怎样，他对我都是特别包容。”何秀兰告诉记者，他们这一代人，不知道什么是爱情，有的就是在一起过日子，在一起

相互扶持，不离不弃。

在刘均芝和何秀兰的家中，66年前拍摄的结婚照被完好无损地保存着；2016年“钻石婚”时，在儿女的张罗下，老两口在一幅大大的“寿”字下，又拍了一张珍贵的纪念合影，照片中的他们，笑容是从心底由衷发出的。

风雨同舟六十六年，相濡以沫度时艰。何秀兰告诉记者，她现在最大的愿望就是老伴能有个好身体，能多陪伴她几年，“希望我们能携手走到70周年纪念日，再一起奔向百岁大寿。”

记者 许瑶

### 讲出您的金婚故事 本报为您拍照

五十载风雨同行，不仅仅是一个家庭的婚姻生活史，更是一部反映时代、折射变化的社会史。为此，本报启动征集金婚故事并为金婚伉俪拍张照公益行动，同时开通“金婚故事”热线(0532)66610000，读者朋友可以报名或者推荐身边的金婚老人。

记者将走进金婚家庭，采访感人故事，拍摄金婚照片，并陆续推出金婚夫妻的爱情故事专题，共倡和谐家风。让我们以笔以媒，共同绘出那段多彩的人生画卷。



### 锐评

### 大胆说“爱” 这是我们的权利

一场发生在中老年人身上的爱情，应该是什么样子的？

一些老年人会认为不领证“比较自由”，万一双方“没感觉了”，分手会比较简单。为什么他们会保持这样的心态？首先，老人们不愿接受夕阳恋还离婚的现实。其次，老人们面对年龄，少了长远规划的勇气。“已经这岁数了，就是找个伴，还能活几年啊？算了吧。”这就是老年人的心声。再次，领证结婚后，就要面对分割财产的难题。

那么对于老年人相亲，究竟该保持怎样的态度呢？天津公益助老帮扶中心婚恋情感专家王银平表示，在相亲前，多考量对方的信息，做到知根知底再往深处交往。同时，这段感情需要担当，两人为了相同的目标走到一起，就该互相照顾、互相体谅、互相包容、互相信任。如果总是各自揣着“小心思”防备对方，这份感情必定不会长久。

中老年人不再拘泥于家庭或子女生活中，尤其是自己的孩子。

其实，中老年人追求爱情，是一种再正常不过的情感需求与自我表达。对于独身的中老年人来说，说出自己的故事，表达自己的诉求，就已经是勇敢地迈出了相爱的第一步。

爱情不是奢侈品，而是组成个人情感的重要一部分。个体在社会生活中寻求爱情，无论是出于浪漫主义的试探，还是现实生活的需要，都不是羞于启齿的。

“不是老伴，我找的是爱人——爱我的，和我爱的人。”从这些独身中老年人的态度中不难看出，爱情之于他们，也不再那么“在心口难开”。

遇到爱情、重拾幸福，这个愿望没那么难，更不是“痴心妄想”。刘昀



## 2023《老年生活报》

### 欢迎订阅 ▶

一年的温馨陪伴 ····

★每周一、三、五出版 ★彩色印刷 ★

欢迎订阅2023年度《老年生活报》 全国各地邮局网点和青岛报业集团各发行站点皆可办理订阅手续

订报咨询热线：0532-82933711 82880022 邮局征订电话：11185



### 插手子女婚姻，操碎心不讨好

“我这都是为了孩子好，可是他们却不领情，有时候我也会反思，是不是自己过多地介入了孩子们的婚姻感情生活……”好几位老年朋友因为插手儿女的婚姻，导致两代人产生矛盾。其实，父母关心孩子，原则上没有错，但是“过剩的爱”有时会变成一种负担。

和亲家反目毁了女儿的婚姻

青岛67岁的退休教师韩萍(化名)一度对女儿的婚姻引以为傲。因为女婿在互联网行业工作，收入不错，亲家两口子都是有知识有文化的人，两家人算是门当户对。韩萍把这个女婿当成自己的亲儿子对待，也把亲家当成了一家人，经常约着一起出去喝茶、逛街、旅游。

韩萍的女儿结婚5年，两口子忙事业一直没要孩子。亲家母悄悄对韩萍说，让她带女儿去医院检查一下。韩萍没有反对，但建议小两口最好一起去医院看看。没想到亲家母不屑地说：“我儿子没问题，他之前的女朋友都怀上过。”亲家的话让韩萍很生气。之后的一些事情，更是让韩萍对亲家的态度发生了很大转变。韩萍还把亲家母的种种不是都告诉了女儿，这让女儿的婚姻出现了裂痕，并最终离婚。

女儿恢复单身生活已经好几年，眼看就快40岁了，可她对自己的婚姻却一点不着急。这期间，韩萍托人给女儿介绍过很多个对象，甚至自己还参加过相亲会，替女儿去相亲。但女儿说她觉得一个人活得好好的，不结婚了。为此，韩萍开始失眠，精神状态变得很差，“我承认，女儿第一段婚姻的破裂和我这个当妈的有一定关系，但我是真心为了她好，希望她幸福”。

点评：即便是父母，也要和孩子有界限感，学会放下孩子的课业，让他自己去选择、去承担。从表面上看，邱兰是为儿子担忧，实际上她把儿子的人生当作自己的人生，她用这种方式在刷存在感，寻找“我还有用”的价值感，但这注定让她的人生沉重而痛苦，也让儿子选择逃离，因为她超越了界限，背负了儿子的课业。当邱兰能放下儿子的课业，实现课业关系分离时，她的烦恼就会飞走，自己活得洒脱，儿子也得以解脱。闫卫利