

## 八旬丧偶老教授找老伴： 谈得来好相处 有边界更长久



### 期许相亲会 寻觅有缘人

近日,我在《老年生活报》读者群里,看到了一则暖心消息:四月下旬,报社将举办中老年人“相约咖啡馆,姻缘一线牵”主题活动,“愉见”中老年单身俱乐部也将正式启动。

消息反反复复看了好几遍,心底不由得涌起阵阵暖意。

算下来,老伴已经离开我十余个年头了。孩子已经安家立业,一年到头,也只有春节能回来小住几日。平日里,偌大的家里安安静静,连个说话解闷的人都没有。清晨独自用餐,傍晚独坐看电视,阳台上的花儿次第绽放,满心欢喜却无人分享;每每下厨做饭,下意识就盛出两碗饭菜,望着对面空空的座椅,总能愣神许久。

其实并非没有过找个伴的念头,只是人到晚年,终究脸皮薄,总觉得难以启齿。加之日常往来的,不过是小区里相熟的几位老邻居,社交圈子狭小,想要遇见一份契合的缘分,更是难上加难。

如今《老年生活报》筹办这场相亲活动,真真切切说到了我们这群单身老人的心坎里。

我心里暗暗想着,前来赴约的都是同龄人,大家有着相似的人生经历,相近的生活想法,自然不必觉得难为情。闲暇时聊聊过往的工作、日常的身体状况,说说各自的兴趣爱好,投缘的人,自然而然就能聊到一起。即便一时没能遇见心仪的伴侣,能多结识几位志同道合的老友,日后相约逛公园、健身养生打太极拳,也是一桩暖心乐事。

尤其是子女不在身边的空巢单身老人,更该勇敢迈出这一步。人老了,最怕的不是清贫,不是病痛,而是深入骨髓的孤独。晚年最大的福气,莫过于身边有个知冷知热的人,病痛时能递上一杯热水,烦闷时能有人倾心交谈,三餐四季,彼此陪伴。

四月的青岛,已是樱花烂漫、春意盎然。我满心期许着去参加这场相亲会,不求别的,只愿能为自己的后半辈子,寻一位心意相通的人,携手相伴,共赏每一场落日余晖。

由衷感谢《老年生活报》,如此贴心周到,真正读懂了我们老年人的心声,为我们搭建起这座温暖的相遇之桥。

武墨钧

今年85岁的老教授李先生10年前经历丧偶之痛。人生暮年,妻子离世,一种难以言说的孤独感笼罩了他的生活。尽管子女孝顺,却无法时刻陪伴在侧,这种情感上的缺失让他在丧偶三年后萌生了寻找新伴侣的想法。子女对此表示支持。不过,当时李老并没有清晰的择偶标准和相处模式规划。在经历过一段失败的黄昏恋后,他渐渐捋清楚了自己的“找老伴思路”。

### 1 初寻受挫:年龄差距带来的理念鸿沟

妻子离世三年后,在亲友的帮助下,李老开始了第一次寻找老伴的尝试。对方是一位比他小12岁的女士,初见时,彼此都怀揣着对新生活的期待。然而,相处仅三个月,这段关系便出现了裂痕。年龄的差距,在生活的点滴中逐渐凸显出巨大的

差异。60多岁的女士,身体尚佳,活力满满,对未来生活有着各种憧憬与规划。而当时70多岁的李老,虽说身体也还不错,但心态上更倾向于安稳的养老生活,他希望未来的日子平淡而温馨,没有太多的波澜。

这种对未来期望和生命状

态的巨大差异,让两人在相处中矛盾频发。最终,这段关系以分手告终。这次失败的经历,让李老陷入了深深的反思,他意识到,年龄相仿非常重要。伴侣之间的年龄差最好控制在5岁以内,这样双方处于相近的生命阶段,价值观和生活节奏更容易同步。

### 2 成功再寻:谨慎接触,精神共鸣筑根基

有了上次的经验教训,李老确立了两条核心择偶原则:一是年龄差控制在5岁以内;二是双方对养老生活想法基本一致。

在亲友的再次介绍下,李老结识了77岁的潘女士。这一次,他没有急于见面,而是先通过微信与潘女士进行深入交流。他们在微信上分享彼此的

人生观、价值观,探讨对养老生活的规划。在这个过程中,李老惊喜地发现,潘女士与他在许多观念上都比较契合。

之后,他们交换了照片。照片中的彼此,都让对方感到满意。有了这些铺垫,他们才决定线下见面。一段黄昏恋就此展开。

这种分阶段谨慎接触的方式,充分显示出李老在再婚时对精神层面匹配度的高度重视。从文字交流到照片确认,再到线下见面,层层递进的方式,既保留了传统相亲的框架,又融入了现代社交的缓冲机制,为他们的感情发展奠定了坚实基础。

### 3 相处之道:“若即若离”的智慧选择

这段黄昏恋目前已持续了5年多,感情愈发稳定。期间,一方曾提议两人同居共度晚年,像真正的夫妻一样相互陪伴、相互扶持。然而,经过反复思考和论证,考虑到双方均已年过八旬,各自都有子女且居住不远,他们最终决定维持现状,不进一步推进关系,而是选择了一种“若即若离”的相处模式。

目前,他们每周会见面2-3

次,天气好时,两人会结伴出游,享受大自然的美好,在旅途中留下美好的回忆。其余时间,他们各自居家生活,保持相对独立的空间,但通过电话保持着不间断的交流与情感慰藉。

李老详细解释了不选择同居的原因,“我观察到周围许多黄昏恋的老人,在同居后往往陷入各种困境。生活琐事的矛盾、经济纠纷以及子女

介入等问题,让原本美好的感情变得复杂而脆弱。”而他与潘女士更看重保持简单纯粹的陪伴关系,不想让感情被这些琐事所困扰。

他们特意保留了各自子女作为紧急情况的支持系统。在李老看来,子女才是处理身后事的责任人,而非黄昏恋伴侣。这种清醒的边界感,正是他们关系能够持续五六年的关键所在。

### 4 长久秘诀:谈得来、好相处、有边界

回顾自己的找老伴经历,李老认为,中老年相亲找老伴,谈得来是首要条件。只有双方在人生观、价值观上契合,对生活有相似的规划和期待,才能在相处中有共同话题,减少矛盾和分歧。

好相处同样至关重要。中老年人的生活已经趋于稳定,性格和习惯也基本定型,因此

找一个性格温和、容易相处的人相伴余生,能让生活更加轻松愉快。

而“有边界”则是保障感情长久的关键。中老年人都有自己的子女和家庭,在寻找新伴侣时,要明确情感陪伴和实际责任的界限。不轻易将对方卷入家庭事务和身后事的安排中,保持适当的独立空

间,既能满足情感需求,又能规避潜在的家庭矛盾。

李老和潘女士通过长期实践形成的这种务实的相处模式让我们看到,在人生的暮年,依然可以拥有一份纯粹而美好的感情,只要把握好“谈得来、好相处、有边界”这几个关键要素,就能让爱情在晚年绽放出别样的光彩。

记者 王丽洁