

# 找个“老来伴” 携手共赏夕阳红

专家：老年人应大胆追求自己的晚年幸福

与老伴相依相守，含饴弄孙，尽享天伦之乐，是不少人眼中晚年生活的理想状态。可不少老人却因为种种原因只能孤独度日。随着社会发展，人们的思想意识逐渐开放开明，越来越多的老人考虑再婚，和“老来伴”携手共赏夕阳红。近日，记者对此进行了采访。专家表示，老年人应该正视自己的情感需求，大胆追求自己的晚年幸福，子女应对父母的黄昏恋、再婚抱着支持理解的态度；此外，打算再婚的老人做一个婚前的财产公证很有必要。

□ 陈红 记者 马冰璐

## A 寻爱路上 大妈设下三个标准

“既然鼓起勇气再婚，一定得找个称心如意的老伴。”家住合肥市王卫社区的朱阿姨说，已经年过六旬的自己本不打算再找老伴，可一件事的发生却让她彻底改变了想法。

30年前，朱阿姨离婚后，独自一人将儿子抚养长大，如今，儿子不仅成家立业，还常年在杭州工作、生活，“儿子儿媳一直劝我搬去杭州生活，可我不愿意打扰他们一家三口的生活。”常年独居的朱阿姨说，自己早已习惯了独居的生活，“不过，有时候一个人面对着家里的四面白墙，捧着手机发呆，连个说话的人也没有，确实挺孤单的，心里也挺不是个滋味。”

去年底，朱阿姨一个人在家打扫卫生，“可能是蹲坐着洗衣服的时间长了，站起来时一阵眩晕，整个人随即瘫坐在地上，恰好手机在旁边，我赶忙给住在楼下的老同事刘阿姨打了个电话，让她带着备用钥匙来‘救’我。”原来，为了防止自己忘带钥匙，3年前，朱阿姨便留了一把备用钥匙放在刘阿姨家。

“恰好那天老刘在家，没出门。”朱阿姨说，虽然后来就医并无大碍，但这件事给自己敲响了“警钟”，“人老了，还是得有个伴儿。”当她把自己的想法和儿子儿媳商量时，小两口当即表示同意，“他们说，如果我能找到志同道合、知冷知暖的老伴，他们也就放心多了。”

年轻人找对象，内心都会有个标准，朱阿姨说，对于“老来伴”，自己也有3个明确的标准：首先，要能同甘共苦、风雨同舟。她强调，对方得懂得关心体谅人，不能自私自利；其次，在生活中要志同道合。两人相处需要有共同的兴趣爱好和共同语言，能聊到一块儿；最后，不能接受对方只是想找个“保姆”，更多的是希望两人能享受晚年生活，一起游山玩水，或者是一起上老年大学，充实自己。“除了托亲朋好友帮忙介绍老伴，儿子儿媳还鼓励我多参加社区党委、老龄办组织的活动，多结识一些朋友。”

## B 七旬老翁 分享“黄昏恋”诀窍

不同于朱阿姨仍在“寻觅有缘人”的路上，72岁的黄大爷已找到兴趣相投的老伴，开启了一段幸福的生活。“5年前，我的人生遭遇重创，一场重病夺走了结发妻子的生命。”他说，自己和发妻自幼相识，婚后举案齐眉，令人艳羡，“在她生命最后的日子，我一直陪护在病床前，悉心照料她。”

发妻的病逝沉重地打击了黄大爷，他花了整整一年时间才走出悲伤，“整个人性情大变，原本开朗乐观，一下子变得沉默寡言，一想起发妻，就偷偷地流眼泪。”黄大爷说，自己的变化被子女们都看在眼里，“孩子们都非常孝顺，也十分担心我。”

3年多前，一次家庭聚会上，子女们提出想帮黄大爷找个老伴，“一开始，我不太愿意。”后来，在子女们的极力劝说下，他同意了。

不久后，在老同学的牵线搭桥下，黄大爷结识了同样丧偶的孙阿姨，“我喜欢书法，她喜欢画画，而且我们都喜欢看书画……”初次见面后，两人对彼此的印象都不错，“后来，双方子女也相约见了面，半年后，我们登记结婚了。”

黄大爷说，除了兴趣相投和双方子女的支持外，他们处理经济问题的方法也为成功牵手奠定了基础，“我们俩都有自己的房产，婚前我们做了公证，百年之后，这些房产留给各自的子女；每个月，各自从退休金中拿出来一部分钱共同承担生活开支。”

如今两人结婚已有近3年时间，一直相处融洽，双方的子女也都成为朋友，“家务我们一起分担，平日里除了一起上老年大学，我们每年还至少旅行1次，逢年过节，子女们也都会来家中和我们一起团聚，其乐融融。”



## C 老年人 应大胆追求自己的晚年幸福

“随着年龄增长，不少老年人不得不面对的问题就是另一半先行离开这个世界，或者因离异导致独居，老人的婚姻代表着比爱情、亲情、金钱更多的东西，丧偶或离异老人的心境特别孤独，这种孤单是年轻人难以想象的。”国家二级心理咨询师周金妹表示，如果老人还未退休，可能有工作，有朋友，孤独感没那么强烈，但当真正一个人面对余生的时候，会感到比较悲凉。

据了解，丧偶者心脏病、精神病、神经衰弱、糖尿病等疾病的发病率比有配偶者要高得多，最重要的原因就是孤独。步入老年后，子女已经成家立业，各自忙于自己

的家庭和工作，隔代之间的差异一时半会难以消除，老年人有时候会觉得难以融入他们的世界。而有个新老伴，会有一种情感上的寄托，无论对老年人的精神状态还是身体状况，都大有裨益。

周金妹建议，子女应该对父母的黄昏恋、再婚抱着支持理解的态度，老年人应该正视自己的情感需求，大胆追求自己的晚年幸福。“老年人生活有了陪伴，做什么事都会有乐趣得多。”她强调，丧偶、离异的老年人，大多生活孤单，即使他们中有一些人是跟子女同住的，同样会有孤独感。就算是老年人，他们也会希望跟老伴撒撒娇，表现出脆弱的一面。

## D 再婚前 做婚前财产公证很有必要

周金妹强调，老年人再婚，有比年轻人婚姻更多的难关需要去克服。首先是子女这一关。再婚双方应该争取到子女的支持和认同，避免因再婚造成双方家庭的矛盾激化，使得原本宁静的晚年，有顾此失彼的遗憾。

另外，双方应该开诚布公地讲清楚自己的身体健康状况、家庭情况、财产情况等。比如，一方生病，谁来照顾；一个人先去世，另一半如何安排晚年；两人家庭日

常开销如何分配；子女的情况，是否支持再婚等，都做个良好的沟通。“老年人面对再婚应该更理性，明白此时的真正需求。”

她建议，打算再婚的老人做一个婚前的财产公证很有必要。近年来，“黄昏恋”涉及的经济纠纷案件逐渐增多，不少老人离世后子女对簿公堂。“不仅是婚前财产公证，也可考虑提前立下遗嘱，这也是对双方子女和再婚家庭的和谐美满负责。”