

家庭课堂

老伴才是一生最大的财富

□南俊

俗语说得好：少年夫妻老来伴。当我们退了休，年过六十，能够一直陪伴在我们身边的人，恐怕只有老伴了。经历过人生的风风雨雨，彼此扶持了一生，知冷知热，那时，婚姻关系相对牢固，谁也离不开谁了。

年轻时，脾气暴躁，火气大，谁都不肯谦让，也不愿意低头，争强好胜让两个人都拉不下面子，吵吵闹闹是家常便饭，有时甚至大打出手，中间闹过离婚的也不乏其人。尽管日常生活中磕磕碰碰，但是夫妻情谊依然在。虽说年龄大了，没有了爱情，只有亲情，但就是这份亲情让彼此不离不弃，相伴一生。

我的父母1959年2月结婚，到母亲2023年12月去世，他们相依相伴64个年头。他们风雨同舟，同甘共苦，一起养育了我们6个子女。其间，吵架拌嘴是常事。母亲强势，特别有主见，不愿收拾家务，不爱做饭，却一直掌握家里的财政大权。父亲为了家庭和谐，一辈子忍辱负重，虽然脾气倔强，急躁，有时气得离家出走，但总是拗不过母亲。

十几年前，他们都已经70岁的人了。为了争取经济独立，过上自己喜欢的生活，父亲竟然和母亲闹起了离婚，双方证明都开了。要不是我在中间极力反对、阻止，恐怕老两口当时就散伙了。之后，父亲感觉委屈，一辈子不能当家做主，带着自己的工资本悄悄离家出走过三回，但最终都以失败告终。母亲在家的当家地位不可撼动。

父亲和母亲可谓吵吵闹闹一辈子。2015年夏天，两个人不知道因为什么事情，发生了争执，父亲手一推，没想到竟然把母亲推倒在地，母亲腰部受伤，动弹不得，不能下床。后来经过一段时间的治疗，母亲才好转起来。为此，母亲想要离婚，在我们做子女的劝说下，才罢休。

母亲享年86岁，当时父亲已经92岁，他们始终相互照顾。吵架，对他们来说就是在调剂生活，每天不拌拌嘴，骂对方几句，反而不自在。特别是母亲，我每次回家看望她，她都会在我耳



边唠唠叨叨，“控诉”父亲的诸多不是。那时，我和妹妹总是打趣她：“别得了便宜又卖乖了，你知足吧！扳着手指头算算，同学、朋友、村里，有几个人能和你一样，八十多岁了，还有人晚上给你挠痒痒、抠背、提尿盆，陪你说话聊天的。”听到我们的话，母亲忍不住笑了。

父亲母亲虽然经常吵骂，其实内心很是恩爱。只要我们给父亲拿吃食，不论是蛋糕、点心、面包，还是香蕉、苹果，他总是问我们：“你妈吃了吗？”喊吃饭也是一样，母亲不上桌，父亲绝不先吃。看到父亲对母亲关怀有加，我们这些做子女的都羡慕不已。

人到耄耋之年，仍然有老伴在身边照料，一起唠嗑，一起散步，一起劳动，夜晚相拥而眠，难道不是一种幸福吗？儿女再孝顺，也不能长年累月，日日陪伴你左右。何况，夫妻间的温存是儿女永远无法替代的。调查结果显示，夫妻关系密切友好，有利于健康长寿。

说实话，年轻时一听到父母吵架，就感觉很是烦恼，恨不得捂上耳朵，与世隔绝。后来，年岁渐长，听到他们彼此大声嚷嚷，心里反而觉得很踏实。因为我知道，他们有力气高声反驳对方，说明他们身体好着呢！

老伴，是一生最大的财富。善待伴侣就是善待自己的将来，多一些关心

体贴，少一些责备指责。对方陪你走过沧桑岁月、人生暗礁，为你生儿育女，和你一起抚养子女长大成人，一起承担家庭的苦难，一起面对现实生活的种种挑战。

无论Ta有多么任性，倔强，不讲理，请多包容；无论多么粗俗，没有教养，毕竟是你儿女的父亲母亲；无论你多少次产生过离婚的念头，请一直携手向前。老了，有个可以说话的人比一个人孤苦伶仃强。人到老年，还有什么想不开、看不透的呢！摒弃以前的恩怨，学会放下和释怀，能够相伴到老是一种福气。

老伴，是你人生的最后一笔存款。当你病了，是Ta在照顾你；当你饿了，是Ta在给你做饭；当你心情不好时，是Ta成为你的情绪垃圾桶；当你取得成功时，是Ta和你一起分享庆祝；当你失意痛苦时，是Ta在安慰你。所以，在老伴面前委曲求全，并不是一件丢人的事。相反，你的宽容、忍让会成就一个美好的家庭。

岁月无声人有缘，人生相伴情在牵，少年夫妻老来伴。当我们白发苍苍，牙齿都掉光了，脸上布满了老年斑和皱纹，走路颤颤巍巍，腰身弯曲背也驼了，还有一个人可以和你一起携手看日升日落，云卷云舒，难道不是一种幸福吗！

❤️温馨提示

当“教练”不当“老妈子”

随着寒假到来，在外地上大学的孩子终于又回到父母身边。原以为将是全家团圆、和谐温馨的画面，不料，心心念念的儿子放假一回到家，就拿出攒了一学期的臭袜子让老妈洗，简直让人哭笑不得。庆幸的是，这位老妈没有停留在不满的情绪里，而是重新划定了娘俩的边界：让儿子自己洗小件衣服，自行安排假期作息；作为妈妈，她也安排好自己的工作、休息与锻炼。娘俩在各自照顾好自己的前提下，再其乐融融地生活在同一屋檐下。

如今大学生的父母，大多是“70后”，他们更加独立和自我，处理和成年子女的关系时，不是一味妥协迁就、大包大揽，而是清晰“边界”，分清楚“你的事”“我的事”。这样不仅能锻炼孩子相应的能力，而且也让自己不被裹挟，不会因付出过多而委屈、抱怨。

作为大学生的家长，确实需要弄明白自己该给孩子哪方面的支持。对于几年后要步入社会的孩子，家长给予学业、职业、人际方面的指导，对他们来说更有价值。另外，假期也是锻炼孩子生活自理能力的好时机，自理是独立的第一步，有助于孩子步入社会后建立自信。父母要给孩子更多空间，让他们学会自己管自己。

总而言之，大学生的家长，要努力成为孩子的“教练”，而不是“老妈子”。

（《今晚报》）

📷家庭镜头

子女有权要求父母住养老院吗

近日，重庆的老陈称，女儿强迫他和老伴儿住养老院。老陈觉得住养老院吃不好睡不好，如今想搬出去，却遭到女儿拒绝。

88岁的老陈和老伴退休工资加起来有12000元，原来有一栋房子，住进养老院后所有的财产都给了女儿。女儿则表示，自己是独生子女，既要上班，又要照顾孩子，两个老人一个患有老年痴呆症，一个坐在轮椅上，她根本照顾不过来。

孩子有权利要求父母住养老院吗？律师介绍：子女有赡养父母的义务。陈女士作为成年子女，不能以自己系独生子女为由拒绝履行赡养义务。《老年人权益保障法》第十三条规定：老年人养老以居家为基础，家庭成员应当尊重、关心和照料老年人。老陈和老伴儿有独立的房屋，所以可以选择居家养老，女儿不得拒绝。第十五条规定：对生活不能自理的老年人，赡养人应当承担照料责任；不能亲自照料的，可以按照老年人的意愿委托他人或者养老机构等照料。因为老陈和老伴儿生活不能完全自理，女儿又无法亲自照料，可以送养老机构，但是应当征得老人同意，不能强迫。

关于财产如何处置，律师介绍，《老年人权益保障法》第二十二条规定：老年人对个人的财产，依法享有占有、使用、收益和处分的权利，子女或其他亲属不得干涉。如果老陈想自己决定开支自己的工资，女儿是无权干涉的，应把工资卡还给父亲。如果因为陈女士坚持不同意父母回家养老，老陈还可以签订遗赠扶养协议，把财产交给第三人，让第三人来抚养自己，但这会严重影响父女感情，不到万不得已，最好不要这样做。

（《重庆晚报》）

🏠围城物语

缺爱的女方和回避的男方
提升创造爱的能力 改善婚姻体验感

□许川

有一种婚姻，集合了男女两性最典型的缺点：回避的男人，自身缺乏沟通、解决问题、表达爱的能力，遇事蜷缩起来，不顾另一半；缺爱的女人，没有爱的能力，因为从小缺失父母的爱，把丈夫的爱当作补偿，试图索取爱，把自己的人生寄托在伴侣身上。

这类典型的婚姻发展路径是可以预测的：妻子总感觉不到被爱，向丈夫不断索取，向他提很多要求，希望他按照自己的预期来爱自己，一旦自己不被满足就会失望、与丈夫争吵；而丈夫不擅长表达情感，害怕争吵，讨厌被要求高频的情感回应，只能敷衍、后退、沉默，这会进一步刺激妻子的焦虑、恐惧，加剧妻子“不被爱”的感受，导致双

方争吵激烈。

在这个过程中，夫妻双方会把对方的缺点放大，都觉得这段婚姻糟糕极了，对方不是适合自己的人。

这类婚姻最大的问题是：没有创造爱的能力。

爱的能力，包含三个层面：

自强，而非自怜

妻子在“不被爱”的感觉出现时，不要用受害者的思维思考问题，否则会一直自怨自艾，觉得自己不幸福全是另一半的错。相反，要用自强的心态思考，不把期待全部寄托在伴侣身上，而是从自身出发尝试改变。选择幸福的主动权，在自己手里。

自爱，而非他爱

一个女人如果有爱自己的力量，就不会把自己的人生寄托在别人身

上，会自己爱自己、满足自己的需求，看到自己的内心，变得内心丰盈而充实，自己填补上内心的空缺。

爱人，而非要求人爱自己

当妻子足够爱自己，且能给伴侣创造爱的感受时，他就愿意来爱你，你们之间就会形成爱的流动，会做一些浪漫的事，创造一些感动的细节，彼此会给伴侣一些自在的空间，你们逐渐适应了对方的存在，彼此支持、相处时聊聊天都会觉得很幸福。

这个过程要妻子足够爱自己，然后才有爱丈夫的能量，丈夫感受到了爱，反过来也会爱妻子。爱是流动的，如果你内心没有爱，只靠索取得来，终不会长久。当你内心变好、变完整时，自然就有了幸福的能力。

（《中国妇女报》）