

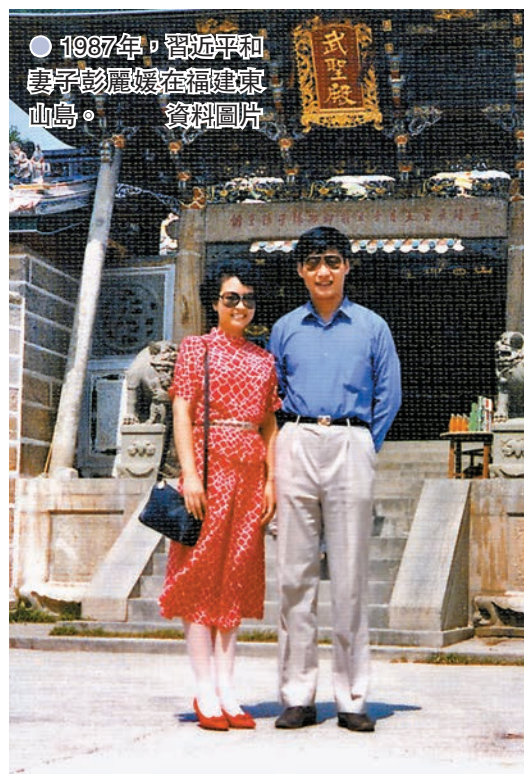
習近平和妻子彭麗媛已攜手走過三十餘個寒暑



●2018年11月27日，習近平抵達馬德里開始對西班牙王國進行國事訪問。圖為習近平和夫人彭麗媛步出館門。資料圖片

「他們結婚沒有舉行任何儀式」

習近平與彭麗媛1986年一見鍾情，並於1987年9月在廈門登記結婚。「其實他們結婚沒有舉行任何儀式。」習近平在廈門工作時的同事王金水回憶，「當時他沒有在廈門安家，住在市委宿舍，結婚那天請我們在外面吃了頓便餐。」飯後，一行人去習近平的宿舍喝茶，「他原本沒有任何準備，結果就發現茶杯不夠用。他們夫婦自己喝水有兩個茶杯，又拿出刷牙的兩個茶杯，還有兩個碗，這才湊齊了六個。彭麗媛到門口買了一大包糖果，花了5塊錢。」



●1987年，習近平和妻子彭麗媛在福建東山島。資料圖片

了人間真情，不要在遙遠的距離中割斷了真情，不要在日夜的掙扎中忽略了真情。——習近平

細微之處展現中國家庭的溫情

在澳洲，習近平視察「雪龍」號南極科考船，登上一處較高的船艙時，他不忘回過頭來向彭麗媛伸出手：「來！」在印度，彭麗媛應印方之邀坐到鞦韆上，她試着盪了幾下，便拍拍身邊的空座，習近平很快坐上來，兩人肩並肩盪起鞦韆；在哥斯達黎加走訪一戶農家，面對主人端來的點心，習近平很自然地拿起一塊，表示「我們倆吃一塊就行」，說着把點心遞到彭麗媛面前，讓她掰去一半……種種細微之處，流露出夫妻同心、彼此照顧的真情實感。



●2014年9月，在印度古吉拉特邦，習近平彭麗媛夫婦親密盪鞦韆。網上圖片

執子之手

孝敬父母、愛護妻兒，習近平把家庭看得很重。他曾在接受媒體採訪時說，「我有一個很幸福的家庭，夫妻倆都有自己的事業，但是對家庭都是共同去建設這個家庭。」

習近平和妻子彭麗媛已攜手走過三十餘個寒暑。他的辦公室裏放着她的照片，她陪他回到闊別多年的梁家河看望老鄉，他們的服裝搭配、舉手投足間總有默契……種種細微之處，流露出夫妻同心、相伴相守的幸福美滿。

●央視網



●2015年2月13日，習近平回到梁家河，用陝北方言向鄉親們介紹夫人彭麗媛。網上圖片



●1989年9月，習近平和彭麗媛合影。資料圖片

「我每天要給我愛人打一個電話」

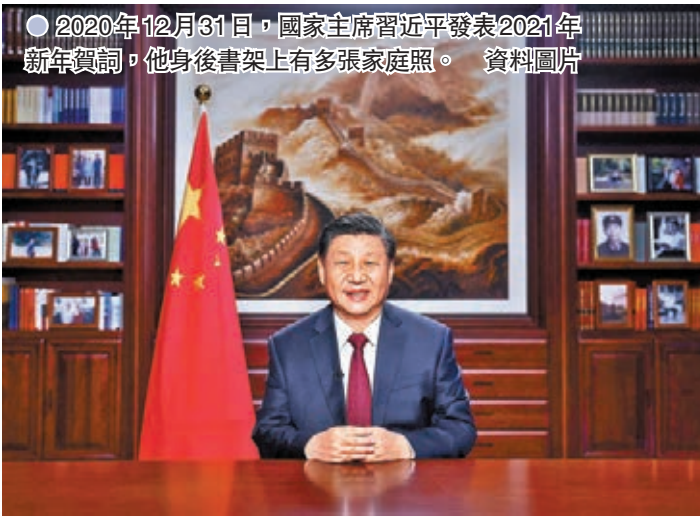
婚後，習近平和彭麗媛各有事業，經常不能在一起，但都一直相互理解、相互支持，盡最大努力去關心照顧好對方。彭麗媛說習近平是「稱職的丈夫」「稱職的父親」，彼此也非常關心體貼。2004年8月14日，時任浙江省委書記的習近平接受延安電視台《我是延安人》專訪時談到了自己的家庭生活：「我有一個很幸福的家庭，夫妻倆都有自己的事業，但是對家庭都是共同去建設這個家庭。」他還說：「我每天要給我愛人打一個電話。」



●當年習近平一家三口和習仲勛在一起。資料圖片

「他們都是非常謙虛、低調的人」

習近平和彭麗媛為女兒取名明澤，「清清白白做人，做個對社會有用的人」是他們對女兒的期許，也是他們質樸家風的寫照。習近平在福建寧德工作期間，彭麗媛幾次來看望習近平，都是自己買車票或搭便車來的。「習書記和彭老師他們一家都是非常謙虛、低調的人，待我好像家人一樣。」當時和習近平接觸比較多的邢常葆回憶，「彭老師在寧德的時候都是自己買菜，自己燒飯，給習書記改善伙食，也邀請我去他們家裏吃飯。」



●2020年12月31日，國家主席習近平發表2021年新年賀詞，他身後書架上有多張家庭照。資料圖片

他的辦公室裏放着她的照片

習近平的辦公室裏有多張彭麗媛的照片。2020年12月31日，國家主席習近平發表2021年新年賀詞，他身後書架上錯落擺放着21張照片，其中有多張家庭照——習近平用輪椅推着父親習仲勛，和妻子、女兒一起散步的溫馨瞬間；習近平和彭麗媛一左一右攙扶着母親齊心的照片；習近平和彭麗媛在圓明園大水法遺址前的合影；習近平一家三口的合照。人們發現，一張彭麗媛年輕時的單人照也出現在書架上。

2015年2月13日，習近平總書記再次回到梁家河。闊別稍久，眷與時長。在村口一塊寫着「知青淤地壩」的石碑前，十幾位鄉親激動地同習近平握手寒暄，歡迎他回家。陪伴習近平一起回來的，還有他的夫人彭麗媛。習近平用陝北方言向鄉親們介紹：「這是我婆姨（陝北方言，意為妻子），今兒領回來讓大家見一見。」鄉親們熱情同彭麗媛握手，歡迎她來到梁家河。

向鄉親們介紹「這是我婆姨」

這個七夕 讓愛「面對面」

香港文匯報訊 據新華社報道，「金風玉露一相逢，便勝卻人間無數。」農曆七月初七是七夕節，不論是異地還是同城，有情人都用着自己的獨有方式來表達愛意。

隨着互聯網和智能手機的快速發展，它們在親密關係中的作用日益凸顯，彌補了異地情感聯繫的空缺：醫護人員堅守崗位，是為守護盡可能多的團圓，小小屏幕鏈接着家人的牽掛；鐵道工人守護鐵軌，是支撐列車南來北往的希冀，指尖方寸滿溢着愛人的溫柔；駐邊軍人巡邏邊陲，是守衛國泰民安的重任，電子畫面展現着思念的甜蜜。

「低頭族」情侶「相見不相識」

在當前疫情防控形勢下，異地情侶可

以通過手機聯繫情感，而在同一屋檐下「一起坐着玩手機」的現象卻時有發生。手機既能成為情侶一解相思之情的良藥，有時也是面對面情感交流的阻礙——有的人選擇成為「低頭族」是為了能和思念之人「面對面」，而有的人當「低頭族」則是「相見不相識」的真實寫照。

26歲的孫巍是一名中介小哥，每日走街串巷、「機不離手」的工作讓他與女朋友小劉朝九晚五的作息產生了「時差」。「我們很像現代版牛郎與織女。」小劉打趣道，孫巍在家也一刻不停盯着屏幕，同屋的他們彷彿隔着手機屏幕談起了「異地戀」。

有統計顯示，超過七成的已婚人士或情侶表示，過度使用手機對於伴侶關係

造成了困擾。武漢大學哲學學院心理學系教授喻豐認為，「低頭行為」割裂了生活在同一屋檐下的伴侶雙方重疊的生活圈，繼而產生注意力偏差，導致親密關係可能隨之惡化。

「習慣了打字交流，有些話反而當面說不出口了。」孫巍說，還是應該放下手機，多看看身邊人，多為他們做點事。往常家務都是女朋友操持，七夕當天他打算把家裏裏外外整理乾淨，做頓大餐好好犒勞女朋友。

多陪伴溝通讓親密關係向好發展

「低頭不」只是年輕情侶面臨的問題。」喻豐說，近年來，老年人的「低頭現象」也有明顯上升，豐富多樣的文化產品、獨居空巢生活等因素導致了

「銀髮低頭族」的出現。

家住北京西城區的李奶奶與老伴張爺爺都年逾七旬，如今人手一個智能手機。她認為手機是日常生活中不可或缺的工具，「孩子們都忙，我刷刷視頻解解悶，有時候和姊妹視頻嘮嗑，一聊就是小半天」。

「有次老伴一邊做飯一邊看手機，鍋底都燒糊了，很危險。」張爺爺對長時間使用手機持保守態度，「一開始不理解，後來我也反思了，有段時間在樓下打牌下棋不常在家，忽略了她的感受。現在我陪她跳廣場舞，她陪我遛彎，手機也不經常玩了。」

「以『銀髮低頭族』為例，伴侶的關注、子女的關心都能提供手機所比擬不了的情緒價值。」喻豐表示，網絡正不斷滲透生活的方方面面，合情合理的引導、恰如其分的克制，才是避免「低頭行為」的應有之舉。

對此，北京高校青年教師趙鵬飛有着深刻體會。「科研壓力比較大，以前經常依賴打遊戲轉移注意力，他與女朋友促膝長談後發現，與其在虛擬世界中釋放壓力，不如恰當引導自己發現生活之美，比如和女朋友一起健身後酣暢淋漓的爽快，一起探討科研命題後恍然大悟的痛快。」

「除了身體明顯變好，兩個人的感情也變得更加親密。」趙鵬飛說，親密程度取決於關係本身，進行高質量的溝通，賦予生活同向的使命感，可以有效抵禦「低頭」帶來的不利影響，讓親密關係持續向好發展。

不止愛情，還有親情、友情也需要「面對面」經營的積極心態。「我現在習慣下班關掉工作手機，給家人、愛人和朋友留足時間。」趙鵬飛說，「科研健身、一日三餐，最大的願望就是往後年年如今朝。」