



# 吃货嫁给了养生男……

## ■围城故事

### 他说：年轻不养生，老了养医生

口述/小朱朱(30岁,老公34岁,结婚5年)

“年轻不养生，老了养医生。”这是我老公的口头禅，只要我对他的养生生活提出一丁点不配合，他就会用这话压我，然后举例子，说他认识的那谁，现在还不到50岁，就高血压糖尿病冠心病等等，说得我毛骨悚然，好像我马上会得病一样。

他养生我不怪他，可他严重干扰了我的生活呀！我想吃的不让我吃，不喜欢吃的就偏要我吃。自打他养生以来，家里各种中药材，贵得死，味道还难闻，他却煮给我吃，可我根本没病啊！我老公说，那不是药，是补品，多喝无害。他还要求我们每天都在家做饭吃，他做饭我得在一旁洗菜，我还要照顾儿子，麻烦死了。而他的手艺，真是太差了！菜全是蒸的，没什么作料，清淡无味，吃起来就像喝开水。他说：“书上写了，做菜应以蒸为主，这样才能留住营养。”每次吃完晚饭，我都觉得像没吃一样，饥饿感满满的。晚上就会悄悄地泡面吃，后

来他把家里所有的泡面都扔了。晚餐他管着，后来中餐他也管着，说单位食堂不干净，外面的食物更不放心，他给我们带便当！妈呀，本来中午还可以和同事出去吃点好吃的，现在连这点权利都不给我。他说：“外面的食物杂七杂八，吃多了致癌。”

对了，致癌也是他的口头禅。在他那里，致癌的东西只怕有上百种，油条、辣条、烧烤等，样样都致癌，都是他的饮食黑名单。可那些都是我的至爱，有时经过小区门外的烧烤摊，我好想去买点吃，他都发脾气。有时他“开恩”，我们会去外面吃顿饭，这时我和儿子都很开心。可是渐渐地我们发现，出去吃也是换汤不换药，味重的不能点，干锅类不能点，辣的不能点……除了这些，还有什么好吃的？全点点清蒸的，清炒的，清煮的，那我出来吃饭的意义在哪？

儿子也被他折磨啊，吃零食有严格规定，有时儿子看到电视里随便一个食品广告都会吞口水，唉，我儿真可怜！

### 好好的一个男人，怎么就成“小老头”了呢

口述/居文(28岁,老公30岁,结婚2年)

我老公真成个小老头了，每天出门都会拿着一个水杯，里面是用菊花、枸杞等泡的茶。透明的水杯里漂着各种颜色的花儿叶儿的，让人感觉很别扭。他说他那是养生茶。不同的季节，他的水杯里会有不同的颜色，他买茶很大方，而我想买衣服他却非常舍不得。

他常对我唠叨，买那么多衣服干什么，对身体又没有好处，只不过是穿一时新。买那些养生茶，长期喝，以后就会看到功效了。他哪里懂得，对女人来说，美丽比养生重要多了。所以我们常为了他买茶、我买衣这种事闹小小的矛盾。他知道给我泡各种花茶，可从来没给我送过一朵花。他叫朋友从国外代购很多营养品回来给我，可是别人的老公叫朋友代购的都是包包和化妆品这些送给老婆呀！他每天都会早起给我做早餐，早餐必有豆浆，可是他不允许我熬夜。一到十点半，就催我去洗漱，要是我不动，他就会起身来拖我。他还制定了一个时间表，晚上11点家里必须所有灯全部关掉，他说睡觉是最好的养生

大法，比任何药品食品都有用。冬天10度以上不能开空调，夏天28度下不能开空调，他说空调对人体新陈代谢有影响。午睡不能超过40分钟，因为白天睡多了脑袋会变迟钝，老了容易患老年痴呆，不论在家还是在公司里，他都会把我从午睡中叫醒……

我记得以前我老爸才这样管我。我真是给我老爸找了个好女婿，年纪轻轻的，就步入了养生的道路。他们两人的风格如出一辙，就连泡茶的套路都一样，如果他们走在街上不看他们的脸，只看他们手上提的水杯，肯定认为他们是双胞胎。

好好的一个男人，年纪轻轻，怎么就养生了呢？不注重穿着打扮，不注重浪漫，不跟我谈情说爱，把自己往小老头的路上整，早睡早起，循规蹈矩，连围房里的事都要“克制克制，多做伤身”！

不过前天，我同事坐我车回家，看到我老公给我泡的花茶，特羡慕地说了——堆话，大意是我找了个细心实在的男人，而他老公别说泡养生茶了，能不熬夜抽烟喝酒就谢天谢地了。莫非我真捡到宝啦？怎么会感觉有点小幸福呢？

文/唐海言  
网上有个段子说：“我老公说我天天熬夜是慢性自杀，擦口红是慢性自杀，吃火锅是慢性自杀，跷二郎腿是慢性自杀。合着我一天到晚啥都没干，就自杀去了！好累，感觉不能再爱了。”是不是觉得和养生男结婚，还挺有趣的呢？在这个雾霾严重、地沟油常见、隔三差五有人猝死或患癌的环境下，养生男的队伍正迅速扩大。他们大多在30岁以上，对身体健康特别敏感，并且推己及人，不止养自己的生，还时刻操持着家人的养生。他们知道菊花泡茶可以清火，却不知道情人要送老婆玫瑰，他们拎得清每种蔬菜含有什么营养，却拎不清老婆是什么星座。女人向来爱吃，各种麻辣、披萨、香锅、烧烤……可嫁了这样一个理性的养生男，会发生怎样的碰撞呢？

## ■婚姻宝典

### 养生男的“七宗罪”

- 1 随身备着一杯养生茶，走到哪带到哪，别人无聊时玩手机，他无聊时拧开茶杯喝茶。
- 2 买菊花泡茶，却不买玫瑰送老婆。背得出食物营养表，却背不出结婚纪念日。
- 3 下厨不放调料，天天青菜豆腐，肉鱼难得上桌，让人感觉回到解放前。
- 4 天天说自杀，日日防癌症。
- 5 不论女人怎么发脾气，都一句话：“你上火了，喝点菊花茶降降火吧！”
- 6 喝汤喝汤喝汤，喝水喝水喝水。
- 7 做SPA，这个当真不能忍！

### 嫁养生男的欢乐生活

@ 就爱张无忌：昨晚老公说：“快到床上去，把衣服脱了等我。”我一阵心花怒放，三下五除二把衣服扒了，躺在被子里等他。他进来关了灯，点了个蜡烛还是什么的，又打开一瓶香水什么的，说：“翻过来，扒着睡！”天啦，我一阵兴奋，老夫老妻了，还这么有激情难得啊，蜡烛、香水用上了。就在我闭上眼时，他靠近，突然，我一声悲惨地大叫……“老婆，忍着点，这是我新学的按摩方法，还托人从泰国买了香薰和精油，按完包你肩颈疼鼠标手全都好！”尼玛，我怎么忘了他是个养生男？

@ 乌云珠：我老公看了一堆养生书，每次儿子生病去医院，医生还没开口，他就说抓什么药什么药。医生对我怒目而视，好像我们不是来看病，而是来抢他饭碗的。

@ 素素：最近有两个“闺蜜”的老公出轨，都是利用陌陌。有天我装个年轻妹子试我老公，问他：“大叔，约吗？”他回：“不约，伤身！”伤身！伤身！

## ■编后

其实养生的男人很可爱对不对？吃货老婆们虽然都是吐槽对老公养生的不满，其实内心里还是充满幸福和窃喜的，分明就是在对别人说：看我老公多棒，会养生会做饭会过日子。也许养生男的生活过于守规矩而显得不那么浪漫有激情，但婚姻生活本就应该是有规有矩的才能促成细水长流的美满。最浪漫的事，就是和你一起慢慢变老。最深情的告白，就是健健康康无病无痛地陪伴到老。遇到养生男，就好好珍惜吧！

## ■微语女人

### 夫妻有时应互为老师

文/舒芮

好的婚姻需要设计，方式因人而异，但根本原则相通，那便是学会低头，虚心走入对方的世界，你是老师亦是学生。

太太们的聚会上，一个女人满脸风光的跟小姐妹炫耀：“我老公又给我买了一个新款Bottega Veneta手包，他死活都不让我出去工作呢！”身边一片吹捧：“哎呀，你老公真好！”“真羡慕！”“你真幸福！”这时，另一个女人不太好意思的开口：“我老公平时省钱，没给我买过奢侈品，我们要还房贷。”唏嘘声中她又说了一句话，是安静的微笑着开口：“他每天晚上都拉着我话一个多小时的家常，告诉我公司都发生了什么事，也问我今天都遇到了什么人。我们每天聊很久，现在做全职太太，我最重要的事就是查阅跟他工作相关的书籍，因为他忙，没有太多时间看书。很多问题他就回来在我这里找答案。”聚会不欢而散。

其实，什么是好的婚姻？大部分女人心里都清楚，就像最近热播剧《武媚娘传奇》里，王皇后含泪对陛下李治说的一番话：臣妾多想付出一切换取时间能停留在那一刻。女人需要的是爱，是源源不断的来自夫君的爱，过去高高在上的皇后如此，普通女人亦如此。

再看李治为何唯独独愿为了武媚娘得罪群臣，宁弃江山也要维护美人？不也是因为媚娘对他的辅佐和帮衬吗？争夺太子之位时，武媚娘对李治的尊重和教导换来了这个男人一辈子的疼爱与舍命维护。

《圣经》中说：“你们每个人都应当爱妻子，如同爱自己一样；妻子也应当尊重他的丈夫。”然而幸福的婚姻仅仅有爱是不够的。女人眼里，最好的丈夫不仅仅是愿意爱他的，他还需要低头，低头并不意味着妥协，而是带着一颗敬畏心走进她的世界，在这段关系里，你们互为老师。

男人的眼里，最好的妻子是漫漫人生路上灵魂的伴侣，跋涉途中帮助自己的手杖，自己内心的支柱。最美的女人一定像一个谜，让男人愿意倾尽一生去挖掘出惊喜和知识。



## ■调查

2014年(湖南省)婚恋状况调查报告

### 湖南“为情所伤”的单身男超过全国平均水平

今日女报/凤凰网(记者刘艳)百合网《2014湖南婚恋状况调查报告》于1月26日正式发布，此次调查包含各年龄段、各社会阶层有婚恋交友需求的男女。让人意外的是，号称娱乐大省的湖南，“宅，不愿意出门”是单身人群认为不能脱单的压倒性原因。数据显示，64.9%的湖南单身人士每天平均独处时间超过6小时，尤其是休息日中独处时间10小时以上的单身人士占到了30.8%，可以说湖南人的单身生活相当单调。而宅在家的生活也很单调，67.2%男士用来上网、打游戏和睡觉，48.5%的女性用来看日剧韩剧美剧和网购。很多单身人士都表示，有了网络，确实不想再出门。调查还显示，湖南单身人士在谈到自己单身原因时，大多数都归结为“太宅，圈子太窄，合适的人太少”。从性别上来看，55.2%的单身男性认可此理由，而绝大多数单身女性(80.4%)更是以此来解释自己单身的原因。另有28.4%的湖南单身男性因“感情遭受过挫折”而处于单身状态，因此，湖南省“为情所伤”的单身男士超过了全国平均水平，这也是影响他们再找对象的一个重要原因。