# 当代文学既要走出去还要走进去

张鹏禹

截至去年8月，贾平凹的作品已经被翻译成英、法、德等30多个语种，意大利语版《带灯》获得克拉里丝·阿皮亚尼翻译大奖。麦家的作品在2014年以后横扫欧美市场，单是《解密》就卖出了34种版权。

北京师范大学副教授刘江凯表示，根据翻译作品数量和研究数量两者或者其中之一超过5篇的标准，莫言、苏童等关注度高，刘慈欣、麦家的作品较受欢迎。北京师范大学教授姚建彬认为：“目前，莫言、余华、残雪等人在海外已经成为中国当代文学的代表性人物。”除了在国内享有盛誉的实力派作家，一些青年作家的作品也被翻译至海外，受到海外读者关注。

中国当代文学在“走出去”方面已经取得了不少成果，如何在走出去的同时，真正“走进去”是摆在作家、出版界和翻译界面前的新课题。

近年来，中国科幻小说不仅风靡世界各国，更得到专业人士的肯定，屡屡获奖。刘慈欣的《三体》、郝景芳的《北京折叠》先后斩获“雨果奖”。不仅普通读者，扎克伯格、奥巴马等人也是《三体》的粉丝。

翻译是当代文学走向海外的第一个环节，美国翻译家顾爱玲认为：“中国文学在海外的传播，首先需要好的译者。”目前，优秀译者和译作还有待增加。刘江凯认为，翻译过程中，中国文化元素流失和被改写的问题值得重视。一些译者为了迎合西方审美，存在“曲解”故事的情况。除此之外，在目前的学术评价体系下，翻译不算作学术成果也导致一些专家学者对文学翻译的积极性不高。

某种程度上说，优秀翻译人才队伍的培养，决定了未来当代文学海外传播能够走多远。国内正凝聚一批了解中国文化的海外翻译家，他们既能找准海外读者的兴趣点，又能在中西方文化差异中转换，消弭不同语种、文化、审美上的差异，使得中国作品在全新接受语境中焕发生命力。

版权经纪人制度在国外历史很长，经纪人替作家打理出版和版权事务，把他们介绍给外国出版社和读者。优秀的版权经纪人需要熟悉对象国市场行情与读者兴趣，通过敏锐的眼光有的放矢地推荐作品。目前，我国不少出版社正在尝试建立版权经纪人制度，一些作家的版权代理意识也在加强，将自己的作品的海外出版交给版权经纪人打理。

版权经纪人谭光磊通过巡回宣传，参加国际书展，为作品写详细的审读报告、分章大纲，准备各种语言的样稿，使麦家的《解密》在海外大获成功。像莫言、苏童、余华、阎连科、麦家、毕飞宇等海外传播做得比较好的作家，都有自己的文学经纪人。中国当代文学走出去应该更多地依靠这些文学经纪人。

选择一家好的出版社对图书能否进入主流文化市场非常重要。麦家作品的英国版一开始就列入了企鹅经典丛书，西语版由行星出版社出版，美国版由FSG出版社出版，这些出版社在所在国家具有很大影响力。出版社强大的发行渠道是当代文学“走进”世界的重要因素之一。 **摘自《人民日报海外版》**

名流故事

# 孟浩然为何一生未入仕

李巧蓉

“春眠不觉晓，处处闻啼鸟。夜来风雨声，花落知多少。”孟浩然这首家喻户晓的诗《春晓》是多么清新明快！但这位盛唐时期与王维并称的山水田园诗人，一生过得并不惬怀。少年英才的他，本有鸿鹄之志，曾写下“坐观垂钓者，徒有羡鱼情”的诗句来表达自己想入朝为官、济世安民的意愿，可惜的是，终其一生，孟浩然只是一介布衣，未曾入仕。他生逢盛世，交游甚广，也见过唐玄宗，却出不了山，究竟是何原因？

**冲动弃考，离家隐居鹿门**

公元689年，孟浩然出生在襄阳城中一个“家世重儒风”的书香之家，他少时苦读诗书，接受的是正统的儒家教育，儒家推崇的人生理想和目标是“治国平天下”，这一点，孟浩然也不例外，少有凌云之志，“执鞭慕夫子，捧檄怀毛公。感激遂弹冠，安能守固穷！”便是他对自己的写照。

聪颖好学又志存高远，小时候的孟浩然就是那个“别人家的孩子”，更是父母的骄傲和家族的希望，在襄阳当地也是小有名气。在十余载的寒窗苦读后，17岁的孟浩然在襄阳参加了县试，诗赋、试策、帖经三场考下来，孟浩然一气呵成，高中榜首。如果能在接下来襄州的府试和京城长安的省试中继续出色发挥的话，进士及第指日可待。但是，就在前途看起来一片光明的时候，孟浩然突然做出了一个大胆而又任性的决定——不再继续参加科举考试了！十年寒窗苦读，为什么说不考就不考？孟浩然的理由是：现在的朝廷太混乱了，我不想陪他们玩。

原来，这一时期的唐朝宫廷政变频繁，纲纪不振，孟浩然不愿意为这样的朝廷效力，还把孟子的话搬出来作为理由——“君仁，莫不仁；君义，莫不义；君正，莫不正。”(《孟子·离娄章句上》)。显然，这个决定在孟浩然的家里炸开了锅，一家人轮番劝说，但他态度很坚决：我说不考就是不考！他与家族的关系，也因此闹僵，年少轻狂的孟浩然一气之下干脆离家出走。不到二十岁的年纪，就跑到鹿门山过起了隐居生活。如果他知道唐朝经历了混乱之后，历史上著名的唐玄宗李隆基即将开启一个新时代——开元盛世，还会不会放弃这次考试？

后来，年过四十的孟浩然在隐居多年后，又决定再度参加科举考试，他吟唱着“何当桂枝擢，还及柳条新”，北上长安，希望能金榜题名进阶仕途。考试的科目为诗赋和试策，诗赋自然是孟浩然的强项，试策相当于现在的“申论”，是考官出一些与政策有关的题目来判断考生对朝政的处理能力。前半生大多数时间都在隐居的孟浩然，对时事和热点难免认识不足，结果名落孙山。年少时曾经轻易放弃的科考，现在想重来却以失败收场，这让41岁的孟浩然有些落寞和伤感，写下了很多诗歌表达名落孙山的失落，“犹怜不才子，白首不登科。”“今日龙门下，谁知文举才。”

**怨诗献帝，惹怒唐玄宗**

幸好，在长安还有张说、王维、贺知章等一众好友，陪在孟浩然身边，尤其是王维，因为写诗的风格相似，年龄差了十几岁的二人相见恨晚，成了无话不谈的知音之交，经常在一起畅谈理想，吟诗作画。

据《新唐书·孟浩然传》记载，有一天，在皇宫太乐署任职的王维，见孟浩然因为科考落第心情低落，思绪颓然，便邀其入宫做客，品茗论诗，舒缓心情。正在这时，忽然听到太监来报，唐玄宗来了，要王维接驾。这两人顿时大惊失色，毕竟皇宫禁地，外人不得随意入内，弄不好要受到责罚，孟浩然在慌乱中更是直接躲到了卧室的床底下。

唐玄宗一进来，王维见他心情很好，便没有隐瞒，乖乖地将实情告诉了唐玄宗，还在他面前把孟浩然绘声绘色地描述了一番，说此人才学非凡，诗文俱佳。唐玄宗久闻孟浩然的诗名，便没有怪罪，让孟浩然出来相见，问他最近有什么诗作。这对于科考失败却仍想求取功名的孟浩然来说，无疑是天赐良机。寻常人遇到这种好机遇，必定会吟诵一些积极向上的诗歌，表达自己的一腔抱负，然而，此时正是失意困顿的孟浩然牢骚情绪一上来，竟然念出了他在不久前写的那首《岁暮归南山》——“北阙休上书，南山归敝庐。不才明主弃，多病故人疏。白发催年老，青阳逼岁除。永怀愁不寐，松月夜窗虚。”这是一首怀才不遇的牢骚之作，尤其是第二句“不才明主弃，多病故人疏”，表面写自己志大才疏，实际上却是抱怨“明主”不“明”，使得自己怀才不遇。所以，玄宗皇帝一听到这一句，顿时大怒：“卿不求仕，而朕未尝弃卿，奈何诬我？”意思是，“是你自己没能应举求进，朕什么时候弃你不用了？怎么这样诬蔑我呢！”

就这样，孟浩然的人生路上，因一首控制不住情绪而念出来的抱怨诗，失去了千载难逢的求进机会。其实，他的诗亦不乏气势壮阔者，若是那日他吟诵的是那些有气势的诗，他的境遇大概也不至于如此。

**醉酒失约，错失引荐机会**

求仕失败后，孟浩然离开长安，在畅游了一番山水之后，回到了家乡襄阳，也是在这里，公元735年，已经46岁的孟浩然又一次迎来了人生中绝佳的进阶仕途的机会。

时任襄州刺史的韩朝宗，听闻孟浩然闲居在家，就来拜访他。这个韩朝宗可不是个一般人，以举贤荐能闻名于世，《新唐书韩朝宗传》形容韩朝宗“喜识拔后进，尝荐崔宗之、严武于朝，当时士咸归重之”。崔、严两人在开元天宝年间都名重一时，均由韩朝宗所荐。崔宗之是杜甫《饮中八仙歌》的“八仙”之一，严武两次任剑南节度使，还延请杜甫入幕府。所以，时人有“生不用封万户侯，但愿一识韩荆州”之说，大诗人李白也曾写下著名的《与韩荆州书》希望得到他的举荐。可以说，由韩朝宗来推荐入朝，能做官的可能性非常大。

根据《新唐书·孟浩然传》的记载，韩朝宗与孟浩然一见如故，把酒言欢，孟浩然将自己大半生的坎坷经历全都告诉给了这位父母官。韩朝宗也认为，孟浩然这样的人才，不应该被埋没。于是便决定，“偕至京师，欲荐诸朝”，找机会向朝廷举荐孟浩然。孟浩然非常高兴，答应了和韩朝宗一起进京谒见。

到了约定进京的时间，韩朝宗却迟迟未见到孟浩然，连忙派人去寻找，却发现他正与一帮老朋友喝酒喝得正高兴呢。来人提醒孟浩然“君与韩公有期”，还善意劝他，你这么不守约定，会枉费了韩大人的一片苦心的。哪知孟浩然这时正喝在兴头上，便借酒使性抱怨道：“没看见我在喝酒吗，现在全身痛快，哪有空管其他事情啊！”他就这样爽了约，放了天下士人都希望得到垂青的韩朝宗的“鸽子”，惹得韩朝宗大怒，自己一个人进京去了。

17岁时，抱怨朝廷纲纪不振，孟浩然罢府试，错过最佳考试时机；41岁时，北上长安，进士落第，求仕不能，受到唐玄宗面见，竟献上一首抱怨诗，惹得玄宗勃然大怒；46岁时，又有朝臣为他引谒，可在约见当天，他竟跑去喝酒，并且借酒使性不去谒见，错过了人生最后一次机会。可以说，孟浩然的人生不是没有大好机遇，也不是没有才气，只是他那不受控的情绪把机遇通通变成了窘境，求仕失败也就在情理之中了。

**摘自《广州日报》**

养生汇

# 盲目“过午不食”易致胃肠病

邱大爷对“有钱难买老来瘦”深信不疑。为了能瘦下去，邱大爷对自己严格执行“过午不食”，一坚持就是两年时间。尽管平时偶尔会有胃部不适，但他忍忍也就过去了。最近，邱大爷饭后突然感觉肚子剧痛，到医院做胃镜后发现胃黏膜充血糜烂。医生认为，邱大爷的胃病很可能与节食有关。

邱大爷的“过午不食”即过了中午11点到下午1点这个时间段，一直到次日黎明都不吃东西。

河南省人民医院消化内科主任医师丁松泽表示，对于很多老年人来说，盲目照搬“过午不食”养生法，长期食不定时、不吃晚饭，很容易引起消化系统疾病。“很多老人下午到晚上这个时间段还会参加一些锻炼，如果不吃晚饭，身体缺乏能量不说，胃酸也会对胃黏膜造成损害。”丁松泽说。胃酸正常情况下保持在一个稳定的水平，但到该吃饭的时候，胃酸会分泌增多，如果没有食物下肚，便会对胃黏膜造成损伤，长此以往，就会影响到胃肠道功能。

与邱大爷情形类似的还有孙阿姨。好友被查出糖尿病之后，孙阿姨就担心自己也会患病，于是开始节食减肥，平时吃得极少。一段时间之后，孙阿姨瘦了很多，但胃口也变得很差，吃一点东西就饱。经诊断，孙阿姨患上了胃炎，胃肠道功能严重受损。

确实需要减肥的老人，建议保证一天三餐正常摄入，多吃些低热量食物，适当增加粗粮比例，同时保证摄入充足的优质蛋白质，比如瘦肉、鱼、虾、奶类、豆类等。 **摘自《健康报》**

# “肩周炎”为何越锻炼越严重

关于肩周炎，我们经常会对患者说，这个病在练不在治。肩周炎的自我功能锻炼比大夫的治疗更利于患者疾病的恢复。可有的患者说：“我锻炼了，结果越练越差，最近胳膊彻底抬不起来了，这是为什么？”

这是一个常见的误区。很多人都认为，肩部疼痛，活动不利就是肩周炎。然而事实上，临床中有很多肩关节损伤跟肩周炎相差甚远，比如，肩袖损伤、盂唇损伤等疾病，越锻炼，也许就会越严重。

冻结肩是可以锻炼好的狭义肩周炎。当气候变化或劳累后疼痛加重，且昼轻夜重，不能向患侧侧卧；肩关节向各个方向的活动均可受限，尤其以外展、上举、内外旋更为明显，梳头、穿衣、洗脸、叉腰等动作均难以完成。这种情况可能就是冻结肩，可以用推拿配上理疗，并且做操锻炼。

而不能锻炼好的“肩周炎”，可能就是肩袖损伤。肩袖损伤是肩关节最常见的软组织损伤。肩袖一旦损伤，就需要制动，严禁锻炼了。因为肩袖有一定张力，如果肩袖损伤导致一个小裂口，由于持续的张力，这个小裂口很难自愈，而在这种情况下，仍然坚持肩关节的拉伸锻炼，势必导致撕裂口越来越大，最终会导致巨大或难修复性肩袖撕裂。

不过，肩关节疾病也远不止这两种，所以对于非冻结肩的患者，建议到医院请医生检查来确诊。肩关节疼痛或功能受限，超过1个月没有好转，或反而加重者，应及时来医院检查。 **摘自《北京晚报》**

# 按摩四穴治手脚冰凉

手脚冰凉，最重要也是最常见的原因就是气血不足。我们可通过按摩具有健脾养胃、补气养血作用的穴位，来治疗或缓解手脚冰凉的症状。下面4穴可以使用。

**脾腧穴** 脾腧穴是治疗脾胃疾病的要穴，是健脾养胃最重要的保健穴之一，位于背部，在第11胸椎棘突下，旁开1.5寸处。以大拇指指腹为接触面来按压穴位，每天早晚揉搓脾腧穴100下。

**气冲穴** 气冲穴有很好的补气、行气作用，在腹股沟稍上方脐中下5寸，距前正中线2寸。具体取穴位置位于大腿根里侧，此穴下边有一根动脉。先按揉气冲穴，后按揉动脉，一松一按，交替进行，一直按揉到腿脚有热气下流的感觉为佳。

**血海穴** 血海穴是脾经所生之血的聚集地，是生血和活血的要穴。有气血瘀滞、气血不足的表现时，可以按摩血海穴。血海穴位于大腿内侧，髌底内侧端上2寸。即坐在椅子上，将腿绷直，在膝盖内侧会出现一个凹陷，凹陷上方有一块隆起的肌肉，肌肉的顶端就是血海穴。按摩最好在每天上午9~11点，因为这个时间段是脾经经气最旺盛的时候，每侧按摩3分钟，力度以有酸胀感为宜。

**阳池穴** 阳池穴是支配全身血液循环的重要穴位，按揉可畅通血液循环，温和身体。阳池穴位于手背的手腕之上，位置正好在手背间骨的集合部位。将手背尽量往上翘起，在手腕上会出现几道皱褶，在靠近手背那一侧的皱褶上进行按压，在中心处会找到一个压痛点，这个点就是阳池穴。刺激阳池穴，要用中指慢慢地进行，时间要长，力度要缓。每次揉5~10分钟。 **摘自《医药养生保健报》**

滴水藏海

# 群体的诱惑

一只蜘蛛在一座陈旧的谷仓里搭建了一张漂亮的蛛网。她觉得，只有让蛛网保持清洁光亮才能诱使那些在近处飞来飞去的蝇子们自投罗网，因此，每当有落网者出现，她就会很快地将其清除掉，以使其他蝇子不起疑心。

一天，一只非常聪明的蝇子伴着“嗡嗡”的声音飞到了这张光洁的蛛网旁边，蜘蛛看到了它，大声招呼道：“朋友，进来坐坐歇歇脚吧。”但聪明的蝇子拒绝道：“不了，蜘蛛夫人，我没有看见一只蝇子在你家做客，我不会独自一人到你家去的。”

此后不久，这只蝇子发现，在地板角落的一片牛皮纸上，有一大群蝇子正在不停地舞之蹈之。这才是快乐的去处！有这么多伙伴在那里开心地玩耍，还有什么可担心的呢？想到这里，这只智商超群的蝇子毫不犹豫地向那片牛皮纸飞去。

就在它即将飞落在牛皮纸上的时候，一只蜜蜂飞过来，善意地提醒道：“别飞到那上面去。你可千万别犯傻，那是骗你们送命的捕蝇纸！”蝇子并不领情，大声回答道：“别想蒙骗我。你没看到我的那么多同伴一个个都在兴高采烈地跳着舞吗？要说上当受骗，那么多蝇子不可能全都是傻子吧?!”最终，这只自负而又聪明的蝇子被牢牢地粘住，不久就一命呜呼了。

群体的诱惑、盲目的从众心理，让这只聪明的蝇子送了小命。问题是，怀有这种心理的，并非只有蝇子。一本科学杂志曾经介绍了一种特别的鳄鱼。作为世界上最懒惰的一种动物，这种鳄鱼几乎从不主动去搜寻自己的晚餐，而只是守株待兔般地静静等待自己的猎物送上门来。它们通常张着大嘴，躺在岸边，一动不动地装死。不久，一些小虫子就象发现了新大陆一样发现了鳄鱼舌头这样一块潮湿而柔软的歇息胜地，另外一些昆虫也逐渐加入了进来。越聚越多的昆虫群体为鳄鱼吸引来了更多更大的猎物。一条蜥蜴爬了进来，开始饱餐聚集的昆虫，一只青蛙也加入到聚会之中，聚会的规模如同滚雪球般快速地膨胀着。突然之间，鳄鱼的嘴巴以令人惊愕的速度合拢了，聚会就此结束了。

很多情况下，数量都不是我们做出判断和选择的标准。

**摘自《人生十六七》**

# 为什么没有人理你

有些人从来没有意识到，自己总是遭到忽视、排斥和拒绝的根由正是他们自己。约翰就是这样的一个人。他是一个机械厂的普通维修工，同事们都很少跟他交流、来往，邻居们也不怎么搭理他。约翰感到很孤独，也很无奈，他认为，现代社会物欲横流，人情冷漠，谁愿意理睬一个无权无钱的小维修工呢？

幸好，约翰还有一个没有离弃他的牧师朋友，在离约翰不远的达拉斯市的一个教堂工作，他为人热情，善于讲道，拥有一大批会众。约翰打电话将自己的苦恼和郁闷都告诉了牧师，牧师诚恳地邀请约翰周日来参观他的教堂：“我们这里的人都很友善，你一定能感受到温暖。”约翰不相信地答道：“哪里的人都一样，我熟悉的人都不愿意搭理我，更何况陌生的人呢？”牧师坚持道：“你不妨来试一下，看看这里的人们是否友好，我相信有不少人会热情地问候你的。”

周日一早，约翰就来到了教堂，牧师对他说道：“我现在去给大家讲道，大约半小时后结束，那个时候，你就站在大厅，看看有多少人会向你这个陌生人问好致意。”

半个小时后，约翰来到了大厅，数百人陆陆续续从教堂里走出来，经过大厅，向外面走去。当人们全部离开后，牧师来到约翰面前，问道：“怎么样，有很多人和你握手问好吧？”

约翰答道：“说实话，没有一个人跟我握手。”

牧师目瞪口呆，大为惊讶：“怎么会这样？你都做了些什么？”

约翰答道：“我什么也没做，只不过每当有人向我走近，我就将头转向了一边。”

牧师说道：“我明白你为什么会感到孤独了。”

约翰用自己的行为向人们展示了有些人总缺乏良好的人际关系的原因。他们总是在不自觉间用皱眉、不悦的表情、向别处张望、抱臂、盯着地面等不友好的举动将自己内心的排斥传达给他人，从而让他人远离自己。如果我们能以温暖的微笑面对每一个走近我们的人，境况就会大不相同了。

**摘自《 讽刺与幽默 》**

生活新知

# “三七粉”只是一种代用茶

“神药”又重出江湖了！近日，有媒体曝光了一种“三七粉”。该保健品被包装成能治疗脑萎缩、健忘、帕金森等17种顽症的“神药”，并向全国各地老人推销。记者调查发现，“三七粉”某月仅十几天的销售额就高达61万元。

一款普通保健品，为何能“坑老”无数？还是靠“套路”。“三七粉”打了一套组合拳：大打“降价牌”，宣称现在买，厂家主动降价1000多元销售；大打“健康牌”，鼓吹吃了“神药”，能让患者“90天停掉5种西药”；大打“专家牌”，冒充大医院专家为其产品加持……种种令人眼花缭乱的“话术”，让很多老人信以为真，进而一步步地陷入营销陷阱，心甘情愿地为“神药”倾家荡产。

“三七粉”的套路，其实人们都很熟悉。此前早有媒体曝光胶原蛋白肽、蜂胶软胶囊、玉石温热养生床垫等保健品的虚假宣传，用的几乎都是这几招。相关报道不少，相关部门也惩处了不少不法商家，但吊诡的是，为何“三七粉”们仍大行其道？

在原国家食药监总局官网上，“三七粉”实际上只是一种代用茶。但从它变身“神药”的过程中，我们可以发现，不少环节都存在失守。为什么“身份越界”明显违规，“三七粉”厂商却依然能够被评为“优秀诚信企业”？为什么那么多案例在前，这个明显有问题的广告还能堂而皇之地登上省级卫视？个中原因不一而足，或许是经济利益让地方忽视了社会效益和监管责任；或许是广告收入让一些媒体忘记了肩负的社会责任……

“神药”怎么管，仅仅靠空喊几句口号显然不能解决问题。其实，要想真正让无良企业尝到痛楚不是啥难事，难就难在相关部门能否拿出决心和勇气。而这，恐怕才是“神药”真正的“解药”。

**摘自《北京日报》**

# 骨刺究竟是什么“刺”

不少中老年朋友在医院做X线检查时，得知自己长了骨刺，便忧心忡忡。

骨刺的本质其实就是骨质增生，大多数的骨刺外形比较圆润，而并非是一根一根的刺。

导致长骨刺的因素：1.局部长期磨损和应力刺激容易导致骨质增生，即长骨刺。因此，人体的关节处容易长骨刺，负重关节更容易长骨刺，如膝关节、髋关节、腰椎等。2.关节不稳会导致长骨刺。此时，骨刺反而可以让关节恢复部分稳定性。但同时，脊柱的骨刺又容易压迫神经根，还可能导致椎管狭窄。3.代谢因素也可能导致骨刺。

如果骨刺单纯起到稳定关节的作用，那么它就是“好的”。如果骨刺压迫了神经、脏器或别的组织，引起不适，那它就是“坏的”。在很多情况下，骨刺是中立的，是一种机体衰老的信号，就像皮肤的皱纹一样。

如果长了骨刺，首先应减轻体重，因为体重过重会加速关节软骨磨损，使关节面压力不均，造成骨质增生。其次应适当锻炼，而不要进行过于激烈的锻炼，以免加速关节软骨的磨损，从而加快骨刺形成。 **摘自《人民政协报》**

大千世界

# 爱情会让人变胖

澳大利亚昆士兰中央大学的研究人员花了10年时间（2005—2014），对15000多名志愿者（平均年龄是52.9岁）进行了调查分析。其中，每位志愿者都回答了关于生活方式的选择问题，比如快餐的食用量、看电视的时间等。

研究人员对数据分析后发现：在体重方面，拥有愉快关系的情侣或夫妻要比单身人士平均多5.8千克，而前者的体重，平均每年还会增长1.8千克。

尽管研究人员考虑到志愿者的年龄、性别、就业状况和教育水平等变量，但是他们发现，在体育锻炼和看电视方面，情侣和单身人士所投入的时间几乎是一样的，恋爱中的人甚至会选择更健康的生活方式。

被爱情滋润的人更有可能体重偏高，一方面，可能是由于夫妻俩摄入了更丰富的食材，既有健康的水果蔬菜，也有甜点或油腻的食物，从而增加了他们超重的可能性。另一方面，可能是由于婚姻中的社会行为通常围绕着吃饭的场合，比如家庭聚餐。此外，情侣或夫妻常会选择宅在家里，一起吃饭，一起看电视等。

当夫妻之间不再需要通过看起来有魅力或身材苗条等方式来吸引伴侣时，他们可能会不知不觉吃得更多，或吃了更多高脂肪、高糖的食物。有孩子也会带来影响，夫妻俩往往会吃孩子丢下的零食或剩饭。

**摘自《科学画报》**