

写手  
▶C02版  
影视  
▶C06版

随笔  
▶C04版  
连载  
▶C07版

情事  
▶C05版  
漫画  
▶C08版



C01 网事

洛阳晚报微博地址(D) <http://weibo.com/lywanbao>



<http://weibo.com/lywanbao>  
<http://t.lyd.com.cn/1260407871>  
<http://t.qq.com/lywanbao>

@ 微播生活 沟通你我 欢迎关注

## 微语录

任志强:有人刻薄地嘲讽你,你马上尖酸地回敬他;有人毫无理由地看不起你,你马上轻蔑地鄙视他;有人在你面前大肆炫耀,你马上加倍证明你更厉害;有人对你冷漠忽视,你马上对他冷淡疏远。看,你讨厌的那些人,轻易地就把你变成你自己最讨厌的样子,这才是“敌人”对你最大的伤害。

伟大的安妮:我和小明以前总是吵架,后来,我们想到了一个解决办法,那就是一旦吵架,无论多生气,多愤怒,想出口反驳或者攻击对方的时候,就用“我爱你”代替……有一次,我很生气,想骂他的时候,大声吼出了“我爱你”,于是我们两个人都笑了。

陆琪:女孩们哪,谈恋爱时就好好谈恋爱,千万别在网上秀恩爱。我见过无数秀恩爱的人,过不了几个月就分手了,到那时你看着自己曾经秀的恩爱,会觉得像一个个耳光抽在你的脸上……网上秀恩爱简直是一个分手魔咒,所有的甜蜜和温暖,留在心里就好,无论结局怎样,反正只有你懂。

## 微图片



徐晓刀:这个枕头舒服吗?

## 微读书



凤凰读书:不知道从哪天开始,我说得最多的词是谢谢。这也是一个悲观主义者的必然结局,任何美丽温柔之物都不是应该的、长久的、必然的,但要接受这一点并非易事。我觉得说谢谢,总好过葬花悲秋之态。

——廖一梅《柔软》

## 非常网闻



“变态汉堡”挑战成功



“面条全家福”挑战失败

# 大胃免单哥 挑战胃极限



在吃货们的眼里,世界上最幸福的事莫过于吃饭免单。有不少饭店准备了超大分量的饭菜,打出广告“吃完就免单”,还真有高人前去挑战。

上周,上海90后大学生张致远在网上晒出了一组照片,名为“有一种霸气叫吃完免单”,照片中全是他挑战过的各种“XXXL号”食物,他被网友封为“大胃免单哥”。



“辣得跳”挑战成功



“魔鬼牛排套餐”挑战失败

## 最爱挑战“XXXL号”食物

网友们说,看这些照片是需要勇气的。如果普通人的饭量是“M号”,那照片里的食物的分量就是“XXXL号”——4斤6两的“变态汉堡”,5斤半的“魔鬼牛排套餐”,近3斤的“面条全家福”,而且这些食物都要在规定的时间内消灭光。

张致远说:“一天,同学告诉我,我们学校附近有家西餐厅,里面有个重达4斤多的巨型汉堡,如果一个人能在两个小时之内吃完就可以免掉498元的费用。”张致远感觉这个汉堡和自己平时的饭量不相上下,就兴冲冲地跑到这家餐厅,用了1个小时10分钟的时间吃掉了汉堡,并在“挑战成功墙”上潇洒地留下了自己的签名。

两天后,他再次造访这家西餐厅,这回他要挑战“魔鬼牛排套餐”:牛排重4斤,加上面包、土豆泥、蔬菜沙拉等配料,总重5斤半。张致远满怀信心而去,没想到苦战一个多小时后,还是没有吃完,剩下8两牛排,只好付了498元。

两次挑战胜负各半,张致远却对挑战大胃王有了兴趣。没过多久,他又出现在了上海一家中餐厅的挑战台上,这次他挑战的不是饭量,而是辣——由5种辣椒调制的招牌菜“辣得跳”。张致远回忆:“当时是冬天,我穿着汗衫,衣服全都湿透了,不过很过瘾。”那次挑战让他成为“上海最能吃辣的人”之一。

后来,他又到南京鸿福面馆挑战“面条全家福”,不过也没有完成任务,碗里还剩下不少面条。

## 坚持健身 减肥成功

网友们都很好奇,“大胃免单哥”的胃口那么大,得胖成什么样?可记者眼前的张致远身高172厘米,体重67公斤,标准的身材让人羡慕。张致远笑着告诉记者:“我从小就特别能吃,好像永远也吃不饱一样。我曾一顿饭吃了90个小笼包子,还曾一晚上吃了12碗米饭,从小就是一个小胖墩,最胖的时候有90多公斤,同学们都喊我‘圆子’。”

看着镜子里自己圆滚滚的身

材,张致远决定减肥,除了每天积极运动健身外,他还天天与蔬菜、水果、豆浆为伴,这样过了一年,张致远甩掉了近30公斤肥肉,瘦身成功,成了一个帅小伙。

张致远将自己挑战失败的原因归结为“状态不佳”。他说:“我每天都要跑步2个小时,现在胃口也不如以前那么大了,要是按照以前的饭量,全吃光也不在话下。每次挑战成功,我都很有成就感!”

## “大胃”的霸气不能效仿

网友们对“大胃免单哥”的“超级无敌胃”叹为观止,但专家提醒各位网友,“大胃”的霸气不能效仿,因为暴饮暴食会给消化系统带来沉重的负担,严重的甚至可能危及生命。

专家介绍:“人的胃有一定的伸缩性,其形态可以根据贮存食物的多少而改变,但这也是有一

定限度的,如果短时间内摄入过多食物,胃也是无法承受的,急性的胃扩张可能引发大出血,甚至胃破裂。如果所吃食物品种过杂、油脂过多,会刺激大量的胰液和胆汁分泌,由于食物堵塞胰液和胆汁无法排出,还会引发急性胰腺炎。”

(据天津网)