

《妻子的浪漫旅行》探讨婚姻的经营之道—— 婚姻的真相，藏在那些“不完美”里



三位夫妇做互动小游戏

秀恩爱救不了婚姻综艺

自2018年推出以来,《妻子的浪漫旅行》历经八季,模式几经演变。前五季妻子组团旅行,丈夫在棚内观看;第六季改为夫妻合体,丈夫轮值当导游。但八季以来,节目始终没有跳出“秀恩爱”的框架——即使拍到摩擦,也会被柔化音乐和旁白迅速转化为“治愈叙事”。结果是,在公共话题层面反响寥寥。

“天选之子”孙杨的出现改写了这一季的命运。综艺里最稀缺的嘉宾,是那些不懂“印象管理”、会把真实自我包括缺点毫无保留袒露的人。在机场,孙杨问大家是否给行李箱贴膜,妻子张豆豆说没必要,孙杨随即把妻子拉到一旁小声埋怨:“咱能不这么实诚,每句话都diss我吗?”又比如一次集合,张豆豆催他出门,下楼后孙杨发现还有人更晚,便脸色一沉

说:“哪怕是最后一个,你也不要急,不要弄得很狼狈懂吗?”

换作深谙综艺之道的嘉宾,这类对话大概率会被过滤掉。但运动员出身的孙杨没有这套机制。研究发现,运动员因长期封闭训练,存在“社会化孤岛期”,与社会的接轨能力较弱。孙杨对“赢”的执念、对“认错等于失败”的认知,是竞技体育塑造的产物。但看过完整节目会发现,他也有负责任的一面:熬夜规划行程、用不流利的英语协调车辆、一趟趟搬运行李。竞技体育塑造了他的高度自律,也养成了“放大责任、做到极致”的惯性——在赛场上能赢金牌,放进需要协作的成年人团体中,有时会显得吃力不讨好。

婚姻经营的真相在“不完美”里

我们无意对孙杨做道德评判,真正感兴趣的是:一个

真实的孙杨,为何能激活一档审美疲劳的夫妻综艺?

因为长久以来,夫妻相处被认为是关起门来的事。但亲密关系中的互动模式触及诸多公共议题——两性权力分配、家庭劳动分工、个体背景如何影响婚姻行为。可惜以往的恩爱综艺里,这些几乎看不到。直到看到孙杨的例子,让夫妻关系这个“私域”话题,成功闯入了“公域”讨论空间。

观察他的言行,我们可以反思现实中的相处模式:为何有些男性会将妻子的不同意见等同于没面子?隐忍的妻子承担着多少未被量化的情绪劳动?这些才是婚姻经营中真正需要面对的课题。

明星夫妻综艺有相当稳固的受众基础。婚姻是大多数人会经历却很难真正了解的人生课题,夫妻综艺相当于为观众打开了一扇观察他人婚姻的窗

综艺节目《妻子的浪漫旅行2026》今年意外爆红。引爆它的不是甜蜜细节,不是绝美风光,而是奥运冠军孙杨在节目中一连串争议表现。他身上不加掩饰的真实,撬开了包裹在夫妻综艺外表的坚硬“糖纸”——我们不只看到了婚姻中甜美的一面,也看到了矛盾、妥协与挣扎。真实的不完美,远比被剪辑过的完美,更能触动我们对婚恋关系的反思。

口。但现实是,绝大多数恩爱类综艺都包裹在厚厚的“糖纸”里,以“合”“正能量”为最终归宿,把真实矛盾遮蔽殆尽。一个典型样本是傅首尔与老刘——2020年他们在《婚前21天》中补办锡婚婚礼,老刘扮老50岁穿越告白,傅首尔含泪说“我爱你是被时间证明的事实”。仅仅三年后,他们在《再见爱人3》中平静宣布离婚。在恩爱叙事的强光下,女强男弱的结构性失衡被解读为互补的性格差异,直到糖纸被拆开,才发现内里早已破碎。

再幸福的关系也有暗角,再默契的夫妻也有龃龉。把这些呈现出来,才能让“幸福婚姻”真正转化为可以被讨论、被反思、被参考的亲密关系样本。

婚姻的经营之道,从来不在完美的糖纸里,而在那些被勇敢撕开的真实褶皱中。

曾于里

作为心内科医生,我们时常接诊因高血压引发冠心病、主动脉夹层的患者,其中不乏年轻人。近日,一名20岁大学生因突发头痛、呕吐就医,血压竟高达220/110mmHg。高血压早已不是“老年病”,它正悄然侵袭各个年龄段。

高血压被称为“沉默的杀手”,早期可能毫无症状,或仅表现为短暂头晕、疲劳,极易被忽视。当血压超过180/120mmHg,可能突发主动脉夹层、肺水肿等致命并发症,抢救窗口期极短。

河南人尤其需警惕以下风险因素:高盐饮食,烩面、胡辣汤等高盐食物易致水钠潴留、损伤血管;熬夜与压力,长期熬夜、职场焦虑使交感神经持续兴奋,血压如“过山车”般冲击血管壁;缺乏运动,久坐、代步出行导致代谢减慢、肥胖攀升,肥胖者患高血压风险是常人的数倍。

91岁老人带老伴自驾环游中国 “老头儿,慢慢开,我陪着你”

近日,一则温暖全网的新闻治愈了无数人:91岁的王瑞森老人,携86岁的老伴尚淑云开启自驾生活。21年风雨兼程,车轮丈量山河,足迹遍布全国31个省市,三进西藏、两赴新疆,北抵漠河雪原,南达南海之滨,累计行程超40万公里。在众人默认“年老即安享清闲、囿于庭院”的固有认知里,这对九旬夫妇用半生步履,书写了最动人的人生答卷,也重新定义了岁月的意义与人生的价值。

这对从内蒙古自驾南下的白发夫妇,正续写着长达21

年的“移动爱情故事”。故事始于2004年。退休后的老两口习惯坐火车出游,却总觉得隔着车窗看风景少了点滋味。那年在宜昌轮船上,一对自驾旅行的年轻夫妇让王瑞森一眼心动——那种并肩看世界的自由劲儿,正是他向往的。当时私家车尚不普及,但他毅然买下四驱越野SUV,从山西出发开启首次自驾。20多天的旅程彻底摆脱了时刻表的束缚,从此自驾成了他们生活的主旋律,每年2至4次出行,从不走重复路线。旅途里的温暖更藏在日常点

滴中。王瑞森负责开车、规划路线,尚淑云负责收拾行李、准备食物;遇到美景,他会细心帮老伴摆好姿势拍照,嘴里念叨“我老伴怎么拍都好看”;在贵州农村迷路时,老乡收留他们吃米渣粥和红薯,尚淑云悄悄把自己碗里的红薯夹给王瑞森:“你开车累,多吃点。”

这段跨越六十余载的感情始于1959年的一见钟情。1960年结婚,没有彩礼、没有花轿。困难时期,王瑞森骑自行车跑七八十里地捡土豆拾麦子,最难时把中山装卖了换粮食:“衣服没了可以再买,老伴饿坏了可不行。”



自驾游夫妇

如今,老两口计划换一台简便房车,在喜欢的地方多待几天。未来五年,他们还想再去新疆西藏、补游贵州青海,走一次东北边境线。只要身体允许,就会一直开下去,直到走不动为止。

40万公里的路,没有惊天动地的誓言,只有日复一日的相守,在一程又一程的陪伴中,酿成了最醇厚的爱情。宗和